ਸੁਨਿਹਰਾ ਭਵਿੱਖ

(ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਨਜ਼ਰੀਆ)

ਡਾਕਟਰ ਹਰੀਸ਼ ਮਲਹੋਤਰਾ ਬ੍ਰਮਿੰਘਮ

ਤਰਕਭਾਰਤੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ, ਬਰਨਾਲਾ।

ਸੁਨਿਹਰਾ ਭਵਿੱਖ
(ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਨਜ਼ਰੀਆ)
ਡਾ. ਹਰੀਸ਼ ਮਲਹੋਤਰਾ ਬ੍ਰਮਿੰਘਮ
24 Friary Gardens
Handsworthwood
Birmingham. B 21 8 ET
ENGLAND U.K.
Mobile - 07763013424

© ਲੇਖਕ

ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ : 2016

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ : **ਤਰਕਭਾਰਤੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ**
ਪੁਰਾਣੀ ਸਬਜ਼ੀ ਮੰਡੀ, ਕੱਚਾ ਕਾਲਜ ਰੋਡ, ਬਰਨਾਲਾ।
ਫੋਨ : 01679-241744, 233244 ਫੈਕਸ : 241744
Email: tarksheel@gmail.com
www.thepunjabi.com

ਛਾਪਕ : ਸ਼ਿਵ ਸ਼ਕਤੀ ਪ੍ਰਿੰਟਰਜ਼, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ।

ਕੀਮਤ : 60/-

© 2016 All rights reserved
This book is sold subject to the condition that it shall not, by way of trade or otherwise, be lent, resold, hired out, or otherwise circulated without publisher's prior written consent on any form of binding or cover other then that in which it is published and without a similar condition including this condition being imposed on the subsequent purchaser and without limiting the rights under copyright reserved above, no part of this publication may be reproduced, stored in or introduced into a retrieval system, or transmitted in any form or by any means (electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise), without the prior written permission of both the copyright owner and the above-mentioned publisher of this book.

ਸਮਰਪਿਤ

ਆਪਣੀ ਬੇਟੀ ਵਾਸੁਧਾ (**VASUDHA**)
ਅਤੇ ਉਹਦੇ ਹਮਸਫ਼ਰ
(**Laurence**) ਲੋਰੈਂਸ ਨੂੰ !

ਮਨ ਦੀ ਹੂਕ

ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਵਿਚਲੇ ਲੇਖਾ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਟੁੰਬਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਇਸ ਸੋਚ ਨੂੰ ਅੱਖਰੀ ਰੂਪ ਦੇ ਕੇ ਪਾਠਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਇਸ ਉਮੀਦ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਲੇਖਾਂ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬੀ ਰੂਪ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਪਾਠਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੀਆ ਉਲਝਣਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਮਿਲ ਸਕੇ। ਅਗਰ ਮੈਂ ਇਸ ਮੰਤਵ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਇਹ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦਾ ਖੈਰ ਖੁਆਹ, ਤੁਹਾਡਾ:

-ਡਾ: ਹਰੀਸ਼ ਮਲਹੋਤਰਾ ਬ੍ਰਮਿੰਘਮ.

ਜਨਵਰੀ 2016

ਤਤਕਰਾ

1. ਧਨ-ਦੌਲਤ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ 7
2. ਸਫਲਤਾ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ 15
3. ਖੁਦਗਰਜ਼ੀ 24
4. ਦੋਸਤੀ 29
5. ਬਹਿਸ ਅਤੇ ਝਗੜੇ 34
6. ਸੁਨਹਿਰਾ ਭਵਿੱਖ 38
7. ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਫਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਕੀ ਹੈ? 44
8. ਅਸਲੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? 49
9. ਬੇਇਨਸਾਫੀ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ 54
10. ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ 59
11. ਗੁਲਾਮ-ਮਾਨਸਿਕਤਾ 65
12. ਪੁਨਰ-ਜਨਮ 69
13. ਜੀਉਣ ਦੇ ਤੱਤ 73
14. ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਸੋਚ 78
15. ਸਮੇਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ 85
16. ਜੈਸੀ ਸੰਗਤ ਤੈਸੀ ਰੰਗਤ 91

ਧਨ-ਦੌਲਤ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ

ਅਸੀਂ ਇਹ ਗੱਲ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇਕਰ "ਪੈਸਾ ਰੱਬ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਰੱਬ ਤੋਂ ਘੱਟ ਵੀ ਨਹੀਂ।" ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਇਹ ਹੀ ਹੈ ਕਿ ਅਗਰ "ਰੱਬ" ਨਾਂ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਕਤਵਰ ਜਾਂ ਸਰਬ ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੈਸੇ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਵੀ ਅੱਜ ਦੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਨਾਲ ਦੀ ਨਾਲ ਇਹ ਵੀ ਆਮ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੈਸਾ ਸਾਡਾ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰੁਤਬਾ ਬਦਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਇਹ ਕਹਾਵਤਾਂ ਬਣੀਆਂ ਹਨ: "ਜੇਹਦੀ ਕੋਠੀ ਦਾਣੇ, ਉਹਦੇ ਕਮਲੇ ਵੀ ਸਿਆਣੇ", ਅਤੇ "ਪਰਸੂ ਪਰਸਾ ਪਰਸਰਾਮ"। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਹ ਵੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈਆ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਪੈਸਾ ਹੈ। ਪੈਸੇ ਦੀ ਘਾਟ-ਵਾਧ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਤਕਰੇ, ਜ਼ਾਇਜ਼-ਨਜ਼ਾਇਜ਼ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਸਭ ਕੁੱਝ ਪਤਾ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਅਸੀਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਅੱਖੋਂ-ਪਰੋਖੇ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਕਿ ਪੈਸੇ ਦੀ ਕੋਈ ਅਹਿਮੀਅਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹਨੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਮੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਵੀ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੈ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ-ਨਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਹ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੱਖਾਂ ਤੋਂ ਲੱਖਾਂ ਤੱਕ ਅਤੇ ਲੱਖਾਂ ਤੋਂ ਕੱਖਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਵੀ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਜੁੜਿਆ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ ਵਿਲਕਿਨਸਨ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਪਿਕੱਟ ਦੀ 20 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਨੇ ਵੀ ਇਹ ਸਿੱਧ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਅਮੀਰੀ-ਗਰੀਬੀ ਦਾ ਪਾੜਾ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਚੋਰੀ-ਚਕਾਰੀ, ਦੇਹ-ਵਿਉਪਾਰ, ਹੇਰਾਫੇਰੀਆਂ, ਧੋਖਾਧੜੀ, ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਆਦਿ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਹਿਮ ਰੋਲ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਸਮਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਦੀ ਸਮਾਨਤਾ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਬੁਰਾਈਆਂ ਘੱਟ ਹਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ ਸੱਤਰ ਵੀ ਸੁਖਾਂਵੀ ਹੈ।

ਸਿਆਣੇ ਲੋਕ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪੈਸਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਖਰਾਬੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਪਰ ਪੈਸੇ ਦਾ ਪਿਆਰ ਮਨ ਨੂੰ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਚਿੰਤਾ, ਫਿਕਰ ਇਸ ਪੈਸੇ ਦੇ ਪਿਆਰ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਧਨਾਢ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਇਸੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰਕੇ ਨੀਂਦ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਪੈਸੇ ਦੇ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸਬਰ ਸੰਤੋਖ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੈਸੇ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦਿਨ ਰਾਤ ਬੇਸਬਰੀ ਨਾਲ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਧਨ ਦੌਲਤ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਦੀ ਦੌੜ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਕਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਕਈ ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪਾਪਾਂ ਬਿਨਾਂ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਦੇ ਅੰਬਾਰ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੇ। ਕਈ ਲੋਕਾਂ

ਦਾ ਇਹ ਵੀ ਮੰਨਣਾਂ ਹੈ ਕਿ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤਾ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਤੱਥਾਂ ਤੇ ਨਹੀਂ ਠਹਿਰਦੀਆਂ। ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਮੀਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਜਾਨੋਂ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਅਖਬਾਰਾਂ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਨਾਲ ਓਤਪੋਤ ਹਨ। ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਖੁਸ਼ੀ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਇਹਦਾ ਵੀ ਕੋਈ ਠੋਸ ਆਧਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਮੀਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚਿੰਤਾ, ਉਦਾਸੀ ਅਤੇ ਇਕੱਲਤਾ ਦੇ ਰੋਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਹਿਜ਼ਾਦੀ ਡਿਆਨਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਜਿਥੇ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ।

ਹਾਂ, ਇਹ ਗੱਲ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਪੈਸਾ ਸਾਨੂੰ ਰੋਟੀ, ਕੱਪੜਾ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਜ਼ਰੂਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਤੇ ਇਹ ਇਲਾਜ ਕਰਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਪੈਸਾ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਨਹੀਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦਾ।

ਹੁਣ ਦੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਮੰਦਵਾੜੇ ਨੇ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਲਪੇਟ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਥੋੜੇ ਪੈਸਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਚਲਾਇਆ ਜਾਵੇ?

ਸੋਹਣ ਦੇ ਦੋ ਪੁੱਤਰ ਹਨ। ਉਸ ਨੇ ਲੰਡਨ ਦੇ ਇੱਕ ਫਾਈਵ ਸਟਾਰ ਹੋਟਲ ਵਿੱਚ ਦਸ ਸਾਲ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਹਰ ਲੋੜ ਪੂਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਛੁੱਟੀਆਂ ਤੇ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁੱਝ ਉਦੋਂ ਜਾਂਦਾ ਲੱਗਾ ਜਦੋਂ ਹੋਟਲ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਗਾਹਕ ਆਉਣ ਲੱਗੇ ਅਤੇ ਉਹਦੀ ਨੌਕਰੀ ਖੁਸ ਗਈ।

ਰਾਜਿੰਦਰ ਨੇ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸਾਰੀ ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ 22 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਾਲ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਹ ਬੈਂਕ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਅਫਸਰ ਬਣ ਗਿਆ। ਇਸ ਨੌਕਰੀ ਕਰਕੇ ਬੈਂਕ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਸਾਰਾ ਘਰ, ਕਾਰ, ਨੌਕਰ-ਚਾਕਰ ਦਿੱਤੇ ਅਤੇ ਰਜਿੰਦਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲੇ ਪੜ੍ਹਾ ਸਕਿਆ। ਜਦੋਂ ਬੈਂਕ ਨੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਫੇਰ-ਬਦਲ ਕਰਕੇ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿੰਨ੍ਹੇ ਕੁ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਦੀ ਨੌਕਰੀ ਚਲੀ ਗਈ। ਰਜਿੰਦਰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ: "ਮੈਂ ਅਤੇ ਮੇਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਤਬਾਹ ਹੋ ਗਿਆ। ਮੈਂ ਮਾਯੂਸ ਹੋ ਗਿਆ, ਮੇਰਾ ਦਿਲ ਕੜਵਾਹਟ ਨਾਲ ਭਰ ਗਿਆ ਅਤੇ ਮੈਂ ਡਰ ਗਿਆ।"

ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਅਸੀਂ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਆਮ ਦੇਖ-ਸੁਣ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਦੁਨੀਆਂ-ਭਰ ਵਿੱਚ ਲੱਖਾਂ ਹੀ ਲੋਕ ਆਰਥਿਕ-ਮੰਦਵਾੜੇ ਕਾਰਨ ਆਪਣੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਗੁਆ ਰਹੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਚੰਗੀ-ਖਾਸੀ ਤਨਖਾਹ ਵਾਲੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਮਹਿੰਗਾਈ ਨਾਲ ਜੂਝਦਿਆਂ ਘੱਟ-ਤਨਖਾਹ ਵਾਲੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨੀਆਂ ਪਈਆਂ। ਕਈ ਡਰੱਗਜ਼ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ

ਗਲਤਾਨ ਹੋ ਗਏ। ਗਰੀਸ ਵਿੱਚ ਜਦ ਆਰਥਿਕ-ਮੰਦਵਾੜਾ ਆਇਆ ਤਾਂ 2011 ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪੰਜ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਨਾਲੋਂ 40 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਲੋਕਾਂ ਵੱਧ ਆਤਮ-ਹੱਤਿਆਵਾਂ ਕੀਤੀਆਂ। ਇਹ ਰੁਝਾਂਨ 2014 ਵਿੱਚ ਇੰਗਲੈਂਡ 'ਚ ਵੀ ਹੋ ਰਿਹੈ।

ਜੇ ਸਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਤਨਖਾਹ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਸਾਡੀ ਨੌਕਰੀ ਚਲੀ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਸੌਖਿਆਂ ਹੀ ਸਾਡੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਨਿਰਾਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਖਿਆਲ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤਾਂ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਇਨਸਾਨ ਡਰ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ ਵਿੱਚੋਂ ਨਹੀਂ ਕੱਢ ਸਕਦਾ। ਪਰ ਸਿਆਣਿਆਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ: "ਜੇ ਤੂੰ ਬਿਪਤਾ ਦੇ ਦਿਨ ਢਿੱਲਾ ਪੈ ਜਾਵੇਂ ਤਾਂ ਤੇਰੀ ਸ਼ਕਤੀ, ਬਲ, ਸਮਝ ਘੱਟ ਹੈ।" ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਅਕਲ ਤੋਂ ਕੰਮ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਕਹਾਵਤ ਹੈ ਕਿ "ਚਾਦਰ ਦੇਖ ਕੇ ਪੈਰ ਪਸਾਰੋ" ਸਾਫ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਮਕਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲੱਗੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੈਠ ਕੇ ਪੂਰਾ ਹਿਸਾਬ ਲਾਵਾਂਗੇ ਕਿ ਮਕਾਨ ਬਨ੍ਹਾਉਣ ਲਈ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਪੈਸੇ ਹੈ ਵੀ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਅਸੂਲ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਅਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਬੱਜਟ ਬਣਾ ਕੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਚੱਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਇਦ ਕਈ ਵਾਰ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਜਾਵੇ

ਸੋਹਣ ਦੱਸਦਾ ਹੈ: "ਨੌਕਰੀ ਚਲੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਂ ਵੱਡੇ ਸਟੋਰਾਂ ਤੋਂ ਜੋ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸੀ, ਖਰੀਦ ਲੈਂਦੇ ਸੀ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੁੰਦੀ। ਅਸੀਂ ਕਦੇ ਬਜਟ ਨਹੀਂ ਸੀ ਬਣਾਇਆ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਪੈਸਿਆਂ ਦਾ ਘਾਟਾ ਨਹੀਂ ਸੀ।" ਹੁਣ ਜੇਕਰ ਪੈਸੇ ਥੋੜੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਸੋਚ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪਤਾ ਰਹੇਗਾ ਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਜਿੰਨ੍ਹੇ ਕੁ ਪੈਸੇ ਹਨ, ਉਹ ਅਸੀਂ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਵਰਤਾਂਗੇ।

ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਨੂੰ ਵੀ ਪਰਖਣਾਂ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਲਿਆਉਣੀ ਸ਼ਾਇਦ ਇੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੌਖੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾ ਸਾਡੀ ਮਜ਼ਬੂਰੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਰਜਿੰਦਰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ: "ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਜੁਆਬ ਮਿਲਣ ਬਾਅਦ, ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਵੱਡਾ ਘਰ ਵੇਚ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਛੋਟਾ ਘਰ ਲੈ ਲਿਆ ਤਾਂ ਕਿ ਘਰ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਨਵੇਂ ਛੋਟੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲਾ ਸੀ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋਰ ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣਾਂ ਪਿਆ ਤਾਂ ਕਿ ਖਰਚਾ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਸਾਰੀ ਤਬਦੀਲੀ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤਾ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਦੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਬਾਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਦੱਸਿਆ ਸੀ। ਮੈਂ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਪਤਨੀ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਬੈਠ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਬਣਾਈ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਸੱਚ-ਮੁੱਚ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਸਨ। ਅਸੀਂ ਖਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਬੇਲੋੜੇ ਨਵੇਂ ਕੱਪੜੇ ਖਰੀਦਣੇ ਘੱਟ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਅਤੇ ਮਹਿੰਗੀਆਂ

ਛੁੱਟੀਆਂ ਤੇ ਜਾਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੀ ਪਤਨੀ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਮੇਰਾ ਪੂਰਾ-ਪੂਰਾ ਸਾਥ ਦਿੱਤਾ। ਕਈ ਵਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਦਿੱਕਤ ਆਈ ਵੀ ਸੀ ਪਰ ਮੈਂ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਪਤਨੀ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਗੱਲ ਠੰਡੇ ਦਿਮਾਗ ਨਾਲ ਸਮਝਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ।"

ਕਈ ਵਾਰ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਵੀ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਸਾਡੇ ਬਣੇ ਰੁਤਬੇ ਤੇ ਵੀ ਸੱਟ ਮਾਰਦਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਵੇ। ਪਰ ਰਜਿੰਦਰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ। "ਵੱਡੀ ਸਾਰੀ ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ ਮੈਨੇਜ਼ਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਆਦੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਖੂਨ-ਪਸੀਨਾ ਵਹਾਉਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੁੰਦਾ।" ਪਰ ਸਿਆਣੇ ਇਹ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ "ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਡਰ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਝੂਠੀ ਸ਼ਾਨ ਦੇ ਜਾਲ਼ੇ ਬੁਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਫਾਹੇ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ।" ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਇਹ ਸੋਚਦੇ ਰਹੀਏ ਕਿ ਦੂਸਰੇ ਸਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਣਗੇ ਤਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਸਾਡਾ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਪੇਟ ਨਹੀਂ ਭਰ ਸਕਦੀ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਨਾ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਨਿਮਰਤਾ ਸਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੋਟਲ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਗੁਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੋਹਣ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬੰਦੇ ਨੇ, ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਆਪਣੀ ਮੋਟਰ-ਗੱਡੀਆਂ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦੁਕਾਨ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁੱਛਿਆ। ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਰੰਗ ਅਤੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਮਿੱਟੀ-ਘੱਟੇ ਨਾਲ ਭਰੀਆਂ ਸੜਕਾਂ ਉੱਤੇ ਪੈਦਲ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨਾਂ ਪੈਂਦਾ ਸੀ। ਸੋਹਣ ਦੱਸਦਾ ਹੈ : "ਭਾਵੇਂ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਕੰਮ ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ, ਪਰ ਇਸ ਤੋਂ ਸਿਵਾਇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਹੋਰ ਕੋਈ ਚਾਰਾ ਵੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਮਨ ਮਾਰ ਕੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਢਾਲਿਆ ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਮੇਰੀ ਹੁਣ ਤਨਖਾਹ ਮੇਰੀ ਪਹਿਲੀ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਤਨਖਾਹ ਦਾ ਚੌਥਾ ਹਿੱਸਾ ਈ ਸੀ ਪਰ ਇਹ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫੀ ਸੀ।"

ਇੱਕ ਹੋਰ ਨੁਕਤਾ ਜੋ ਸਾਡੇ ਲਈ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋਣਾ ਸਿੱਖੀਏ। ਸਤੁੰਸ਼ਟੀ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਹੈ: "ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਕੋਲ ਹਨ।" ਇਹ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਸ਼ਾਇਦ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਹੀ ਨਾ ਲੱਗੇ ਜਿਸ ਦਾ ਹੱਥ ਪੈਸੇ ਪੱਖੋਂ ਬਹੁਤ ਤੰਗ ਹੈ। ਪਰ ਸਿਆਣਾ ਉਹ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦਾ ਮੁਆਇਨਾ ਕਰਕੇ ਯੋਗ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਿਆਉਂਦਾ ਰਹੇ।

ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਬਰ ਸੰਤੋਖ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਹਾਲਾਤ ਸ਼ਾਇਦ ਕੱਲ੍ਹ ਨੂੰ ਸੁਧਰ ਜਾਣ, ਪਰ ਬਦਲਦੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਤੋਂ ਮਾੜੇ ਹੋ ਜਾਣ। ਦਿਲੋਂ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਜੋ ਕੁੱਝ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ, ਉਸ ਵਿੱਚ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਕਰੀਏ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕੀਂ ਐਸੇ ਵੀ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਕੋਲ ਸਾਡੇ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਹੈ। ਲਾਲਸਾ ਦਾ ਕੋਈ ਅੰਤ ਨਹੀਂ

ਹੈ। ਪਰ ਇੱਥੇ ਇਹ ਗੱਲ ਵੀ ਨੋਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਲਸੀ ਨਾ ਬਣ ਜਾਈਏ ਅਤੇ ਉੱਦਮ ਕਰਨਾ ਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਈਏ। ਸਗੋਂ ਦੇਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਲਾਲਚੀ ਨਾ ਬਣ ਜਾਈਏ ਅਤੇ ਦਿਖਾਵੇ ਦੇ ਕੋਝ ਹੇਠ ਪੈਸੇ ਨਾ ਬਰਬਾਦ ਕਰੀਏ।

ਸੱਚੀ ਖੁਸ਼ੀ ਘਰ ਵਿੱਚ ਮਨ-ਚਾਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਢੇਰ ਲਾਉਣ ਜਾਂ ਐਸ਼ੋ-ਆਰਾਮ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀਉਣ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ। ਸਗੋਂ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਉਦੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਹੌਂਸਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਵਿੱਤ ਮੁਤਾਬਕ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਲੈਣ ਨਾਲੋਂ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਤ ਮਨ, ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਗੁਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਂਤ-ਸੁਭਾਅ, ਚੰਗੇ ਦੋਸਤ ਬਣਾਉਣੇ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹ-ਦਿਲੇ ਹੋਣਾ ਸਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। 'ਦਾ ਜਨਰਲ ਆਫ ਦੀ ਅਮੈਰੀਕਨ ਮੈਡੀਕਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ' ਦੀ ਇੱਕ ਰਿਪੋਰਟ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ: "ਜਿਹੜੇ ਆਦਮੀ ਗੁੱਸੇ ਨਾਲ ਭੜਕ ਉੱਠਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਆਦਮੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਦੋ ਗੁਣਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਗੁੱਸੇ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਦਸ ਸਾਲਾਂ ਤਾਂਈ ਕੀਤੀ ਖੋਜ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ-ਮਿੱਤਰਾਂ ਅਤੇ ਹਮਖਿਆਲ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ-ਜੋਲ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਭੋਗਦੇ ਹਨ।" 2008 ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਖੋਜਕਾਰਾਂ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਕਿ, "ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਪੈਸੇ ਖਰਚਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਦੂਜਿਆਂ (ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਤੇ) ਤੇ ਪੈਸੇ ਖਰਚਣ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।"

ਜਿਹੜੇ ਧਾਰਮਿਕ ਲੀਡਰ ਧਾਰਮਿਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਧੂੰਆਂਧਾਰ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਾਇਆ ਨਾਗਣੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਆਪ ਕਰੋੜਾਂ ਰੁਪਿਆਂ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹਨ। ਧਾਰਮਿਕ ਅਸਥਾਨਾਂ ਤੇ ਪਰਚਾਰ ਅਤੇ ਕੀਰਤਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਨਿਗ੍ਹਾ ਵੀ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਹੀ ਟਿੱਕੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਕਿਥੋਂ ਪੈਸੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿੰਨਾ ਧਨ ਇਕੱਠਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਗਰ ਮਾਇਆ ਨਾਗਣੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਧਨ ਦੌਲਤ ਦੇ ਕਿਉਂ ਅੰਬਾਰ ਲਾਈ ਬੈਠੇ ਹਨ? ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਉਸ ਪੈਸੇ ਦੇ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਹਸਪਤਾਲ ਖੋਲ੍ਹਦੇ? ਵਧੀਆ ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ਼ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਬਣਾਉਂਦੇ ਜਾਂ ਬੇਘਰਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਬਣਾ ਕੇ ਦਿੰਦੇ? ਪੈਸਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਲੋਕ ਧਾਰਮਿਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸੋਸ਼ਣ ਕਰਕੇ ਆਪ ਵੀ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੁੰਮਰਾਹ ਕਰਕੇ, ਆਪ ਵੀ ਵਧੀਆਂ ਰੋਲ-ਮੋਡਲ ਨਹੀਂ ਸਿਰਜ ਸਕੇ। ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਨ ਹਨ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੈਸਾ ਮਨ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਲਿਆਉਂਦਾ। ਅਸਲੀਅਤ ਅਤੇ ਸੱਚ ਵਿੱਚ ਜਿਉਂਣਾ ਸਾਨੂੰ ਧਰਵਾਸਾ ਦੇ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਮਨ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਲ ਲਿਜਾ ਸਕਦਾ। ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਦੇ ਮੰਦਵਾੜੇ ਦੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਨੌਕਰੀ,

ਘਰ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਪੈਨਸ਼ਨ ਖੁੱਸ ਜਾਣ ਦਾ ਵੀ ਜਦ ਡਰਿਆ ਬਣਿਆ ਹੋਵੇ, ਉਹਨਾਂ ਮੌਕਿਆ ਤੇ ਲੋਨਾਂ ਦੀ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਹੋੜ੍ਹ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਨਾਂ ਕੁ ਪੈਸਾ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਹੈ, ਉਹਦੇ ਨਾਲ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦ ਲਈਆਂ ਜਾਣ ਤਾਂ ਕਿ ਆਪਣੀ ਝੂਠੀ ਸ਼ਾਨ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫਿੱਕੀ ਨਾ ਪੈ ਜਾਵੇ। ਇਹਨਾਂ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੀ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਵਿਉਪਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਫਿਕਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਖਸਤਾ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈਂ ਸਗੋਂ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦਾ ਲਾਹਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ੋਰਾਂ-ਸ਼ੋਰਾਂ ਨਾਲ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਬਾਜ਼ੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਕਦ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰੈਡਿਟ ਦੇਵਾਂਗੇ, ਤੁਸੀਂ ਵੱਡਾ ਘਰ ਅਤੇ ਵੱਡੀਆਂ ਕਾਰਾਂ ਖਰੀਦੋ। ਕਈ ਲੋਕ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਚਮਕ-ਦਮਕ, ਭੁਲੇਖਾ-ਪਾਊ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਧੱਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਝੂਠੇ ਮਖੌਟੇ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦੇ-ਰੱਖਦੇ, ਆਪਣਾ ਘਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੁਟਾ ਬਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਇਹ ਮ੍ਰਿਗ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਲਈ, ਸੁਪਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਹ ਘਰੋ ਉਦਾਸੀ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਹੱਤਿਆ ਤਕ ਜਾਂ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਿਤਾਬ, "ਦਾ ਨਰਸੀਸਿਜ਼ਮ ਐਪੀਡੈਮਿਕ (The Narcissism Epidemic) ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ "ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ ਤੇ ਲਈਆਂ ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਸ਼ਾ ਲੈਣ ਵਾਂਗ ਬੱਸ ਥੋੜ-ਚਿਰੀ ਹੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਦਾਸੀ ਦਾ ਆਲਮ ਆ ਘੇਰਦਾ ਹੈ।" ਇਹ ਪਦਾਰਥਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਅਹਿਮ ਗੱਲਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਲਿਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਿ ਅਸਲੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਧੁਰਾ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ:

ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਏਕਤਾ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਨੇੜਤਾ ਸਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਸ਼ੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਅਨੂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ: ਮੇਰੇ ਡੈਡੀ ਨੇ ਸਦਾ ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਜੋ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸੀ ਪਰ ਮੇਰਾ ਡੈਡ ਕਦੇ ਵੀ ਘਰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੁੰਦਾ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਸਦਾ ਹੀ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਤੁਰਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਮੰਨਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਉਹਦੀ ਨੌਕਰੀ ਕਰਕੇ ਸੀ ਪਰ ਉਹਦੀ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਵੀ ਤਾਂ ਕੋਈ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀ ਸੀ।" ਸ਼ਾਇਦ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਬਹੁਤੇ ਸੁਖਾਵੇ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਕਈ ਪਰਿਵਾਰ ਤਾਂ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਖੇਰੂੰ-ਖੇਰੂੰ ਹੋ ਗਏ ਕਿਉਂਕਿ ਲੋੜ ਵੇਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵੇਲੇ, ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਬੈਠਣ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੀ ਹੈ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਬਣਦਾ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਨਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਭਾਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰੋਜ਼ ਮਹਿੰਗੇ-ਮਹਿੰਗੇ ਪਕਵਾਨ ਬਣਦੇ ਹੋਣ, ਉੱਥੇ ਆਪਸੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਨੇੜਤਾ ਖੰਭ ਲਾ ਕੇ ਉੱਡ ਜਾਵੇਗੀ। ਰੁੱਖੀ ਮਿੱਸੀ ਰੋਟੀ ਪਿਆਰ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਮਹਿੰਗੀ ਤੋਂ ਮਹਿੰਗੀ ਰੋਟੀ ਦਾਲ ਭਾਜੀ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੰਗੀ ਸਾਬਤ ਹੋਈ ਹੈ। ਕਿਤਾਬ, "ਦਾ ਨਾਰਸੀਸਿਜ਼ਮ ਐਪੀਡੈਮਿਕ" ਦਾ

ਕਹਿਣਾ ਹੈ: "ਔਸਤਨ, ਪਦਾਰਥਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮਗਰ ਦੌੜਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਖੁਸ਼ੀ ਘੱਟ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਪੈਸੇ ਦੀ ਦੌੜ ਵਿੱਚ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਦੁੱਖ ਝੱਲਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ: ਗਲ਼ਾ ਖਰਾਬ ਹੋਣਾ, ਪਿੱਠ ਦਰਦ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਫਲੂ ਆਦਿ। ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਪਾਬੰਦੀਸ਼ੁਦਾ ਡਰੱਗਜ਼ ਵਰਤਣ ਦਾ ਵੀ ਰੁਝਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੈਸੇ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦਾ ਲਾਲਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾ-ਖੁਸ਼ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।"

ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਦੋ ਰਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਸਭ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜੀਵਨ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਦਾ ਵੀ ਬੜਾ ਵੱਡਾ ਰੋਲ ਹੈ। ਪਰ ਪੈਸਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਲਤਾਨ ਵੀ ਨਾ ਹੋ ਜਾਈਏ ਕਿ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਵੀ ਖੋ ਬੈਠੀਏ। ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਧਨ ਦੌਲਤ ਨਾਲ ਖਰੀਦੀਆਂ ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਹੇਰਾ-ਫੇਰੀ ਅਤੇ ਬੇਈਮਾਨੀ ਦੀ ਭਾਈਵਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਏਕਤਾ ਅਤੇ ਨਰੋਈ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਹੇਰਾਫੇਰੀ ਅਤੇ ਬੇਈਮਾਨੀ ਦੀ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਰੀਏ ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਆਧਾਰਿਤ ਹਨ।

ਡਾਕਟਰ ਮੈਡਲੀਨ ਲੀਵਾਇਨ ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ "ਦਾ ਪਰੀਈਸ ਔਫ ਪ੍ਰਾਈਵਿਲਜ਼ (The price of privilege) ਵਿੱਚ ਲਿਖਦੀ ਹੈ: 1960 ਵਿਆਂ ਅਤੇ 1970 ਵਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਦ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਉਹ ਕਾਲਜਾਂ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਉਂ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਦਾ ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਪੜ੍ਹੇ ਲਿਖੇ ਇਨਸਾਨ ਬਣਨਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁੱਝ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਉਂਣ ਦੇ ਗੁਰ ਸਿੱਖਣਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੜੇ ਘੱਟ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਸਨ ਜਿਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਧਨ ਕਮਾਉਣਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕਾਲਜ਼ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਵਿਦਿਆਥੀਆਂ ਨੂੰ ਜਦ 1990ਵਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਪੜ੍ਹ ਲਿਖਕੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਪਰਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਨਜ਼ਰੀਏ ਦੇ ਫਰਕ ਨੇ ਵਿਦਿਆਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਘੋਰ ਉਦਾਸੀ ਰੋਗ, ਆਤਮ-ਘਾਤੀ ਰੁਝਾਂਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਮਾਨਸਿਕ ਅਲਾਮਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤਾਬੜ ਤੋੜ ਵਾਧਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰ ਮੈਡਲੀਨ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ : ਪੈਸਾ ਖਰਚ ਕੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਥੋੜਚਿਰੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਪੈਸਾ ਖਰਚ ਕਰਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਭਾਲਦੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਤੋਂ ਟੁੱਟ ਚੁੱਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵਰਤਾਰਾ ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ

ਨੂੰ ਇੱਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਛਲਾਵਾ ਹੈ। ਅਸਲੀ ਤਾਕਤ ਤਾਂ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਬਾਜ਼ੀ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਵੱਡੀਆਂ-ਵੱਡੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ, ਸਟੋਰਾਂ ਦੇ ਮਾਲਕਾਂ, ਕੋਲ ਹੈ, ਜੋ ਕਰਾਮਾਤੀ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਕੇ ਜੇਬ੍ਹਾਂ ਚੋਂ ਪੈਸੇ ਕਢਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਜਾਦੂ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਵਰਤਦੇ ਹਨ।"

ਅਸਲੀ ਖੁਸ਼ੀ, ਮਨ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਅਤੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਹੰਢਾਉਂਣ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਏਕਤਾ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਕਰਕੇ ਦਾਅ ਤੇ ਲਾਉਣਾ ਮਹਾਂਮੂਰਖਤਾ ਹੈ। ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ ਰੱਖ ਕੇ ਹੀ ਅਸਲੀ ਖੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਫਲਤਾ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ

ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮੈਡੀਕਲ ਸਾਇੰਸ ਨੇ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਜਿਉਂਣ ਲਈ ਹੋਰ ਲੰਬਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਇੰਸ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਨੇ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸਾਂਵੀ ਪੱਧਰੀ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਸੁੱਖ ਆਰਾਮ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬੜਾ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਵੀ ਸੱਚਾਈ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਉਹ ਜਿੰਦਗੀ ਨਹੀਂ ਜੀਅ ਰਹੇ ਜਿਹੜੀ ਉਹ ਜਿਉਂਣੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸਨ। ਜਿੰਦਗੀ ਦੀ ਦੌੜ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਲਝ ਗਏ ਹਾਂ ਕਿ ਬਸ ਦੌੜੀ ਹੀ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਕੋਈ ਕਿਨਾਰਾ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਅਸੀਂ ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇੱਕ ਦਿਨ ਅਸੀਂ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਚਲੇ ਜਾਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਹੋ ਜਿਹੀ ਜਿੰਦਗੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਹੀ ਮਨ ਵਿੱਚ ਚਿਤਵੀ ਸੀ। ਉਹ ਅਸੀਂ ਨਹੀਂ ਜਿਉਣੀ ਅਤੇ ਹੁਣ ਕੋਈ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਬਚਿਆ ਸਵਾਏ ਝੁਰਨ ਦੇ।

ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਹੁਜਕਾ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਭਰਪੂਰਤਾ ਨਾਲ ਜੀਵਿਆ ਜਾਵੇ। ਸਾਨੂੰ ਮਰਨ ਵੇਲੇ ਇਹ ਗਿਲਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿ ਮੈਂ ਫਲਾਣਾਂ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰ ਸਕਿਆ। ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਸਫਲਤਾ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮੇਰਾ ਮਨ ਸੀ। ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵੀ ਅਸਲ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਣੀ ਸੀ।

ਅਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੀ ਨਰਸ ਬਰੋਨੀ ਵੇਅਰ (Bronnie ware) ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ 'ਦਾ ਟੋਪ ਫਾਇਵ ਰਿਗਰਿਟਸ ਔਫ ਦੀ ਡਾਇੰਗ (The top five regrets of the dying) ਵਿੱਚ ਲਿਖਦੀ ਹੈ :

ਕਾਸ਼ :- ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਮੈਂ ਉਹ ਜਿੰਦਗੀ ਜੀਉਂਦੀ ਜੋ ਮੈਂ ਸੱਚੀ-ਮੁੱਚੀ ਜੀਉਂਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ ਨਾ ਕਿ ਜੋ ਹੋਰ ਲੋਕ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸੀ ਕਿ ਮੈਂ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਜਿੰਦਗੀ ਜੀਵਾਂ।

ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਹੋਰ ਲੋਕ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਯਕੀਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਕੋਈ ਡਿਗਰੀ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਇਸ ਕਰਕੇ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਮਾਂ ਬਾਪ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਲਾਹੂ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਫਲਾਣੀ ਡਿਗਰੀ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਚੰਗੀ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਏਸ਼ੀਅਨ ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਢੁੱਕਦੀ ਹੈ । ਉਹ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰ, ਵਕੀਲ, ਅਕਾਉਟੈਂਟ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਬਗੈਰਾ ਬਨਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਹਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇ 'ਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਠੋਸਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਪ੍ਰਚਲਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ

ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਨਵੀ ਬਣ ਸਕੇ। ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਮਰਜ਼ੀ ਠੋਸਣ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁਦ ਆਪ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਨ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਣਨੀ ਕਿੰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਿੰਦਗੀ, ਉਸ ਬੱਚੇ ਦੀ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਮਾਂ ਬਾਪ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦੀ। ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਹੱਲ ਉਸਾਰਨ ਵਾਲੇ ਇਹ ਅਹਿਮ ਸਾਲ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਅਤੇ ਉਹਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਧੇ-ਰਿੱਧਾ ਕੀਤਾ ਕੰਮ ਕਦੇ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦਾ। ਸਾਡੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਰੋਹ ਉੱਠਦਾ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਬੱਚਾ ਵੱਡਾ ਹੋਣ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਕਦੇ ਮਾਫ਼ ਨਾ ਕਰੇ।

ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਬਚਪਨ ਯਾਦ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਮੈਂ ਦਸਵੀਂ ਪਾਸ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਜ਼ਿਲਾ ਕਪੂਰਥਲਾ ਵਿੱਚੋਂ ਪਹਿਲੇ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸਾਂ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਮਿਲਿਆ ਸੀ। ਪੜ੍ਹਨ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਘਰਦਿਆਂ ਨੇ ਮੈਡੀਕਲ ਸਾਇੰਸ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਲੈ ਕੇ ਦੇ ਦਿੱਤੇ। ਪਰ ਮੈਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਕਿ ਅਗਰ ਕੋਈ ਨਰੋਈ ਅਗਵਾਈ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਹਿਸਾਬ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਲੈ ਕੇ ਐਮ. ਏ. ਕਰ ਸਕਦਾ ਸੀ ਜਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਐਮ. ਏ., ਪੀ. ਐਚ. ਡੀ. ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਸੀ। ਖ਼ੈਰ, ਇਸ ਗੱਲ ਨੇ ਮੇਰੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਸਾਲ ਕਾਫੀ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਜੋ ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਆ ਕੇ, ਮੈਂ ਕੰਮ ਛੱਡ ਕੇ ਆਪਣੇ ਬਲਬੂਤੇ ਤੇ ਡਾਕਟਰੇਟ ਕੀਤੀ। ਮੇਰੇ ਵਰਗੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀ ਹੋਣਗੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਰਾਹ ਨਹੀਂ ਸੀ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ।

ਅਸੀਂ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਵੀ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਸਾਡਾ ਮਨ ਉਹ ਨੌਕਰੀ ਨੂੰ ਕਰਨ ਨੂੰ ਨਾ ਵੀ ਮੰਨਦਾ ਹੋਵੇ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦਾ ਕਤਲ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਪਛਤਾਵੇ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਕਈ ਵਾਰ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਕਰਕੇ ਵੀ ਤਰੱਦਦ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨੇ ਇਹ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਕੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਮੇਰੇ ਸੁਪਨੇ ਮੂਰਖਾਂ ਵਾਲੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਕਦੇ ਵੀ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਪਰ ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅਗਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਨਾ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀ ਹਕੀਕਤ ਵੱਖਰੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਹੋਣੀ ਸੀ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣੇਂ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਿੰਦਗੀ ਜੀਉਂਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਕਿਸ ਨਾਲ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਇਹ ਜਿੰਦਗੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹੈ। ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅਗਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਨਾ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਜਿੰਦਗੀ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਹੁੰਦੀ?

ਪੜ੍ਹਨ, ਸੁਣਨ, ਦੇਖਣ 'ਚ ਅਤੇ ਤਜ਼ਰਬਾ ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਨਾਂ ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਹੋ ਕੇ ਅਸੀਂ ਇਹਨੂੰ ਜੀਏ, ਉੱਨੀ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਸ਼ੀ ਸਾਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਤੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਨੈਤਿਕ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਉਂਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿੰਨਾਂ ਵੀ ਉਹਦੇ ਕੋਲ ਹੋਕੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾ ਸਕੀਏ, ਸਾਡੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਕਈ ਵਾਰ ਸੋਚਦੇ ਹਾਂ: ਕਾਸ਼! ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਖਤ ਕੰਮ ਨਾ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ:

ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ 40, 60, 80 ਘੰਟੇ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਸੱਤੇ ਦਿਨ, ਇੱਕ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੌਕਰੀਆਂ ਕਰਕੇ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਭੰਬੀਰੀ ਵਾਂਗ ਘੁੰਮਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਸ਼ਾਇਦ ਸਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਸੀ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਨ। ਨਾ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰਮੰਦ ਸਾਂ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਕਿ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ, ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਨਾਲ ਕਿੰਨ੍ਹਾ ਕੁ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ। ਕੰਮ ਹੀ ਸਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦੁਆਲੇ 24 ਘੰਟੇ ਗੇੜਾ ਕੱਢੀ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਹੁਣ ਜਦ ਉਮਰ 60ਵਿਆਂ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿੱਚ ਚਲੀ ਗਈ ਤਾਂ ਉਸ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਨੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਈ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ ਆ ਘੇਰਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਪੈਸੇ ਲਈ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਲੁਆ ਲਏ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬਣਦਾ ਆਰਾਮ ਨਾ ਦੇ ਕੇ ਕਈ ਅਲਾਮਤਾਂ ਸਹੇੜ ਲਈਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਉਂਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਅਜਾਈਂ ਗੁਆਚ ਗਿਆ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜੀਵਨ-ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਨਾ ਬਿਤਾ ਸਕਣ ਕਾਰਨ, ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤਰੇੜਾਂ ਆ ਗਈਆਂ। ਇਹਨਾਂ ਤਰੇੜਾਂ ਕਰਕੇ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਨੇ ਆ ਘੇਰਿਆ। ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਜਾਇਦਾਦਾਂ, ਕੋਠੀਆਂ ਖ੍ਰੀਦਣ ਦੇ ਚੱਕਰਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਬੁਰਾ ਹਾਲ ਕਰ ਮਾਰਿਆ ਅਤੇ ਇਹ ਸਾਰਾ ਧਨ ਦੌਲਤ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵੀ ਇਨਸਾਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਇਹਨਾਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ, ਜਾਇਦਾਦਾਂ ਅਤੇ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਕਰਕੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਝਗੜਿਆਂ ਨੇ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਿਹਨਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੁੱਝ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਸੁਨਣਾਂ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ "ਤੈਨੂੰ ਅਕਲ ਚਾਹੀਦੀ ਸੀ, ਐਨਾਂ ਟੁੱਟ-ਟੁੱਟ ਕੇ ਮਰਨ ਦੀ ਕੀ ਲੋੜ ਸੀ?" ਨਾ ਤਾਂ ਜੁਆਨੀ ਵੇਲੇ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਲੁਤਫ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਿਆ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਹੁਣ ਢਲਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੁੱਖ ਆਰਾਮ ਮਿਲ ਸਕਿਆ, ਕਿਉਕਿ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਕਈ ਅਲਾਮਤਾਂ ਕਰਕੇ ਇਜ਼ਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ। ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੇ ਮੱਥੇ ਤੇ ਹੱਥ ਮਾਰਕੇ ਕਹਿੰਦਾ : "ਕਾਸ਼! ਮੈਂ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨੂੰ ਮਾਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਇੰਨੀ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਨਾ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ।" ਪਰ ਹੁਣ ਸਿਰਫ

ਪੱਲੇ ਪਛਤਾਵਾ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਹਾਣੀ ਇਕੱਲੇ ਦੁਕੱਲੇ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਝੂਠੀ ਸ਼ਾਨ, ਝੂਠੀ ਮਾਣ ਮਰਿਆਦਾ, ਅਗਲੇ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਕਰਮ-ਕਾਂਡਾਂ ਅਤੇ ਝੂਠੀ-ਸ਼ੋਹਰਤ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਹੀ ਸਰੀਰ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਸੋਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਝੂਠੀਆਂ ਤਸੱਲੀਆਂ ਦੇ ਕੇ ਭਾਵੇਂ ਅਸੀਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਰਹੀਏ ਪਰ ਸਾਡਾ ਮਨ ਰੋਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜੀਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ।

ਬਰੋਨੀ ਵੇਅਰ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨੇ ਜਿਨ੍ਹੇ ਵੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਤ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਹਰ ਇੱਕ ਨੇ ਇਹ ਹੀ ਕਿਹਾ: ਕਾਸ਼! ਮੈਂ ਇਨ੍ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਨਾ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ।" ਕੀ ਇਸ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ? ਇਹ ਗੱਲ ਈਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਹੈ। ਨਾਲ ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕੀ ਸੀ : ਇਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨਾਂ ਜਾਂ ਜਿਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ਅੰਦਾਜ਼? ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਤਬਦੀਲੀ ਨਾਲ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸਾਂਵੀ-ਪੱਧਰੀ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਖੇੜਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਇਸ ਸਾਰੇ ਕਾਸੇ ਦੇ ਦੋਸ਼ੀ ਅਸੀਂ ਆਪ ਹਾਂ।

ਅਸੀਂ ਇਹ ਵੀ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ: **ਕਾਸ਼! ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਇਜ਼ਹਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਹੌਂਸਲਾ ਹੁੰਦਾ।**

ਅਸੀਂ ਕਈ ਵਾਰ ਚੁੱਪ ਕਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਗਰ ਮੈਂ ਸੱਚ ਬੋਲ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾਂ ਤਾਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਭੰਗ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਕਿ : ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਇੰਨਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੇ ਹਾਵੀ ਨਾ ਹੋਣ ਦਿਉ। ਪਰ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਾਡਾ ਆਪਣਾ ਜ਼ਾਤੀ ਸੱਚ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਉਹ ਸਾਡਾ ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਇਸ ਨਜ਼ਰੀਏ ਬਾਰੇ ਹੋਰਾਂ ਦਾ ਕੀ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਹੈ, ਉਹ ਮੇਰੇ ਵਸ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਰ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਕੀ ਹੈ, ਉਹ ਮੇਰੇ ਵਸ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੇ ਵਹਿਣ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਤੇ ਰੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਉ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਹਿਮ ਇਕੱਠ ਵਿੱਚ ਧਾਹਾਂ ਮਾਰਨੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਉ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰਬਲ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਰੋਲ ਵਿੱਚ ਢਾਲ ਕੇ ਕੋਈ ਨਰੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਲਿਆਂਦੀ ਜਾ ਸਕੇ ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਤੇ ਹਾਂ ਪੱਖੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਵੇਗਾ। ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਹੋ ਰਿਹਾ ਧੱਕਾ, ਬੇਇਨਸਾਫੀ ਜਾਂ ਜ਼ੁਲਮ ਨੂੰ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਚਾਸ਼ਣੀ ਵਿੱਚ ਡੋਬ ਕੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਵਹਾ ਨੂੰ ਬਦਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਹੋ ਰਹੇ ਧੱਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਨੈਤਿਕਤਾ ਕਿੱਥੇ ਖੜਦੀ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਮਹਾਨ ਹਸਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸੂਖਮ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਹਿਸਾਸ ਸਨ ਜਿਹਨਾਂ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜਿੰਦਗੀਆਂ ਕੁਰਬਾਨ ਕਰ

ਦਿੱਤੀਆਂ ਅਤੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜ਼ੁਲਮ ਸਹਾਰੇ ਤਾਂ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਭਲਾ ਹੋ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਹ ਖੁਸ਼ਹਾਲ, ਨਰੋਇਆ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਜੀ ਕੇ, ਭਰਪੂਰ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਣ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਸੁਆਰਥ ਨਾ ਹੋ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਈ ਲਈ ਦਰਦ ਸੀ ਅਤੇ ਉਸ ਦਰਦ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ ਉਪਦੇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਲਿਖਤਾਂ ਰਾਹੀ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਕਿ ਧੱਕਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਮਹਾਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਹੀ ਘਾਲਣਾਂ ਹਨ ਕਿ ਅਸੀਂ ਦਿਨੋ ਦਿਨ ਚੰਗੀ ਜਿੰਦਗੀ ਮਾਣ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਗਲ ਨੂੰ ਦਬਾ ਕੇ ਨਾ ਰੱਖੀਏ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਕਿ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਪਛਤਾਉਂਦੇ ਰਹੀਏ ਕਿ ਅਗਰ ਮੈਂ ਉਸ ਵਕਤ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਅਨਰਥ ਹੋਣੋਂ ਬਚਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਢੁੱਕਵੇ ਸਮੇਂ ਤੇ ਸਹੀ ਕਹੀ ਗੱਲ, ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬੇਇਨਸਾਫੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਦੁੱਖ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗਾ ਕਿ ਮੈਂ ਚੁੱਪ ਕਿਉਂ ਰਿਹਾ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਝੋਰਾ ਰਿਹਾ: ਕਾਸ਼! ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦਾ।

ਜਦ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ ਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਇੰਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਸਰੂਫ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਤੋੜ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ਼-ਜੋਲ਼ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਤਲਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵੇਂ ਸਾਨੂੰ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਤਰੱਕੀਆਂ ਤਾਂ ਨਾ ਦੇਵੇ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਤਨਖਾਹ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰੇ ਪਰ ਸਾਡੀ ਖੁਸ਼ੀ, ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਆਪਣੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਅਤੇ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਨ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਭਰਿਆ-ਭਰਿਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਖਲਾਅ, ਟੀ. ਵੀ., ਫਿਲਮਾਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਉ ਗੇਮਜ਼ ਨਹੀਂ ਪੂਰਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ, ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੈ। ਪਰ ਮਿੱਤਰ ਪਿਆਰਿਆਂ ਨਾਲ ਮੇਲ-ਜੋਲ, ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਫੋਨ, ਚਿੱਠੀ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਕਰਦੇ ਰਹੀਏ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡਾ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਸਾਨੂੰ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਅਹਿਸਾਸ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤਾਰ ਜੋੜਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਮੇਰੀ ਪ੍ਰਵਾਹ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮੇਰੀ ਚਿੰਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਾਰੀ ਕ੍ਰਿਆ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਕੁੱਝ ਵੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਗੁਆਉਂਦੇ। ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ੱਕੇ, ਇਤਰਾਜ, ਗਿਲੇ ਪਨਪ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਗਰ ਅਸੀਂ ਉਸ ਮਿੱਤਰ ਪਿਆਰੇ, ਨੂੰ ਸਦਾ ਲਈ ਗੁਆ ਬੈਠੀਏ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਪਛਤਾਉਂਦੇ ਰਹਾਂਗੇ ਕਿ ਮੈਂ ਨਿਰੰਤਰ ਸੰਪਰਕ ਕਿਉਂ ਨਾ, ਬਣਾਈ ਰੱਖਿਆ। **ਅਸੀਂ ਅਕਸਰ ਸੁਣਦੇ**

ਹਾਂ ਕਿ: ਕਾਸ਼! ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਰੱਖ ਸਕਦਾ।

ਇਹ ਸੱਚਾਈ ਹੈ ਕਿ ਚੰਗੀ ਕਾਰ, ਤੁਹਾਡੀ ਨੌਕਰੀ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਵਨ-ਸਾਥੀ ਵੀ ਥੋੜ-ਚਿਰੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਅਸਲੀਅਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਵਸ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਹਦੀ ਚੋਣ ਅਸੀਂ ਆਪ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਾਡਾ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵੱਲ ਇੱਕ ਨਜ਼ਰੀਆ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਅਚਾਨਕ ਵਾਰਦਾਤ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਪਿਛਾਂਹ ਲਿਜਾਣ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਰਾ ਵੀ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਇੱਕ ਜਦੋ-ਜਹਿਦ ਦਾ ਨਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਚਾਰ ਹੱਥ ਕਰਾਂਗਾ। ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਅਗਰ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਕੋਈ ਦੇਰੀ ਕਰ ਬੈਠਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਅਸੀਂ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਹ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਮਿਥੇ ਜਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਇਹਨੂੰ ਚਿੰਤਾ, ਫਿਕਰ ਜਾਂ ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਉਬੱਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਵੇਲੇ ਇਹ ਨਜ਼ਰੀਆਂ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਇਕੱਲੇ ਨੂੰ ਬੇਫਿਕਰੀ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਤਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਦਾ ਹਾਂ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਸ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਨਫ਼ਰਤ ਕਰੀਏ ਜਾਂ ਫੂਕਾਂ ਮਾਰਦੇ ਫਿਰੀਏ ਕਿ ਉਹ ਇਨਸਾਨ ਉਹੋ ਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਹੋ ਜਿਹਾ ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਹੋਵੇ, ਸਗੋਂ ਨਜ਼ਰੀਆਂ ਇਹ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿ ਉਹ ਇਨਸਾਨ ਜਿਹੋ ਜਿਹਾ ਵੀ ਹੈ, ਉਹਨੂੰ ਮੈਂ ਸਵੀਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਉਹਦੇ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਭਰਿਆ ਵਤੀਰਾ ਕਰਾਂ।

ਸਾਨੂੰ ਆਪਣਿਆਂ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਸਿਆਣਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਗਲਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ, ਸਾਡੀ ਸਫਲਤਾ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਇਸ ਗਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਜਿੰਦਗੀ ਵੱਲ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਵਰਤਾਵ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਆਖਰੀ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪਛਤਾਵਾ ਨਾ ਰਹੇ ਕਿ ਮੈਂ ਇਹਦੇ ਬਾਰੇ ਵੱਖਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੋਚ ਸਕਦਾ ਸੀ।

ਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਘੋਖਦਿਆਂ ਇਹਦੇ ਕਈ ਪੱਖਾਂ ਵਾਰੇ ਜਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ, ਜਾਂ ਜੋ ਵੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਹਦੇ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਲ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਹੌਬੀ ਜਾਂ ਸ਼ੌਕ ਵਿੱਚ ਮੱਲ੍ਹਾਂ ਮਾਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਆਹ ਬਹੁਤ ਸੁਖ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਅਤੇ ਸਫਲ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਸਫਲਤਾ ਹੋਵੇ ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਸਫਲਤਾਵਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਇੱਕ ਗਲ ਜ਼ਰੂਰ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਫਲ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਦੀ ਤੜਪ ਅਤੇ ਤੀਬਰ ਇੱਛਾ ਇੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਬਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰਾਹਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿੰਨੀਆਂ ਵੀ ਮਰਜ਼ੀ ਅੜਚਣਾ ਆ ਜਾਣ, ਉਹ ਉੱਨੀ ਦੇਰ ਤਕ ਚੈਨ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਬੈਠਦੇ ਜਿੰਨ੍ਹੀ ਦੇਰ ਮੰਜ਼ਲ ਤੱਕ ਨਾ ਪਹੁੰਚ ਸਕਣ।

ਕਈ ਵਾਰ ਸਫਲ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨੀਆਂ ਜਾਂ ਖ਼ਾਕੇ ਲਿਖਣ ਵਾਲੇ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਤਸਵੀਰ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੱਸ ਉਹ ਸਿੱਧੇ-ਸਤੀਰ ਮੰਜ਼ਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਸਨ। ਪਰ ਸੱਚਾਈ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਚਾਹੇ ਉਹ ਸਫਲ ਲੋਕ, ਵਿਉਪਾਰੀ, ਸਾਇੰਸਦਾਨ, ਲੇਖਕ, ਐਕਟਰ ਜਾਂ ਖਿਡਾਰੀ ਸਨ, ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਏ ਸਨ। ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਕਦੇ ਹੌਸਲਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਛੱਡਿਆ। ਉਹ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਫੇਲ੍ਹ ਹੁੰਦੇ ਰਹੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਸਿੱਖਦੇ ਰਹੇ ਪਰ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਨਾਲ ਫਿਰ ਉੱਠ ਕੇ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਕਰਦੇ ਰਹੇ, ਜਦ ਤਕ ਮੰਜ਼ਲਾਂ ਜਾਂ ਟੀਚਾ ਹਾਸਿਲ ਨਾ ਕਰ ਲਿਆ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਸਫਲਤਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਪੱਲ਼ੇ ਬੰਨ ਲਈਏ ਕਿ ਅਸੀਂ ਡਿੱਗ-ਡਿੱਗ ਕੇ ਹੀ ਜੁਆਨ ਹੋਵਾਂਗੇ। ਸਰੋਂ ਸੱਚਾਈ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਅਸੀਂ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਤਾਂ ਦੁਆਰਾ ਫਿਰ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਏ ਲੋਕ ਇਹਦੀ ਜੁੰਮੇਵਾਰੀ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਨਾ ਕਿ ਆਪਣੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਆਉ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਮਹਾਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨੀਆਂ ਤੇ ਝਾਤੀ ਮਾਰੀਏ।

ਹੈਨਰੀਫੋਰਡ :- ਫੋਰਡ ਮੋਟਰ-ਕੰਪਨੀ ਦੇ ਕਰਤਾ-ਧਰਤਾ ਹੈਨਰੀ ਫੋਰਡ ਨੂੰ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕਈ ਅਸਫਲਤਾਵਾਂ ਦਾ ਮੂੰਹ ਦੇਖਣਾ ਪਿਆ ਸੀ। ਜਦ ਉਹਨੇ ਮੋਟਰਕਾਰ ਬਨਾਉਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਡੇਢ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਹੀ ਅਸਫਲ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਹਦੀ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਸ਼ਾਹੂਕਾਰਾਂ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤੇ। ਫਿਰ ਹੈਨਰੀਫੋਰਡ ਨੇ ਕੁੱਝ ਪੈਸੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਸ਼ਾਹੂਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਕਰਜ਼ਾ ਲੈ ਕੇ ਦੋਬਾਰਾ ਕਾਰ-ਕੰਪਨੀ ਖੋਹਲੀ ਪਰ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਹੀ ਕੰਮ ਠੱਪ ਹੋ ਗਿਆ। ਹੁਣ ਸਾਰੀ ਮੋਟਰ ਇੰਡਸਟਰੀ ਨੂੰ ਉਹਦੇ ਤੋਂ ਯਕੀਨ ਉੱਡ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸ਼ਾਹੂਕਾਰ ਉਹਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਪਰ ਉਹਨੇ ਹੌਂਸਲਾ ਨਾ ਛੱਡਿਆ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸ਼ਾਹੂਕਾਰ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇਣ ਲਈ ਮਨਾ ਲਿਆ। ਬੱਸ ਫਿਰ ਕੀ ਸੀ, ਉਹਦੀ ਕੰਪਨੀ ਦਿਨ ਦੁੱਗਣੀ ਰਾਤ ਚੌਗਣੀਂ ਤਰੱਕੀ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਈ ਅਤੇ ਅੱਜ ਤੱਕ ਫੋਰਡ ਮੋਟਰ ਇੰਡਸਟਰੀ ਦਾ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਹੈ।

ਵਾਲਟ ਡਿਸਨੀ : ਜੋ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਉਦਯੋਗਪਤੀ ਹੈ ਜਿਹਨੇ ਕਈ ਥੀਮ ਪਾਰਕ ਅਤੇ ਫਿਲਮੀ ਸਟੂਡਿਓ ਵੀ ਬਣਾਏ ਹੋਏ ਹਨ, ਆਪਣੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਅਸਫਲ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਵਾਲਟ ਨੂੰ ਕੇਨਸਾਸ ਸਿਟੀ ਸਟਾਰ ਨਿਊਜ਼ਪੇਪਰ ਚੋਂ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਵੱਖਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੋਚ ਨਹੀਂ ਸੀ ਸਕਦਾ। 1922 ਵਿੱਚ ਉਹਨੇ ਆਪਣੀ ਕੰਪਨੀ ਲਾਫ-ਓ-ਗਰਾਮ ਖੋਹਲੀ, ਜੋ ਕਾਰਟੂਨ ਅਤੇ ਫਿਲਮਾਂ ਲਈ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ਕਰਿਆ ਕਰਦੀ ਸੀ ਪਰ 1923 ਵਿੱਚ ਹੀ ਇਸ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਦਵਾਲ਼ਾ ਨਿਕਲ ਗਿਆ। ਫਿਰ ਵੀ ਵਾਲਟ ਡਿਸਨੀ ਨੇ ਹੌਂਸਲਾ ਨਾ ਹਾਰਿਆ। ਕੇਨਸਾਸ ਸ਼ਹਿਰ ਛੱਡ ਕੇ ਹੌਲੀਵੁੱਡ ਚਲਾ ਗਿਆ ਜਿੱਥੇ ਜਾ ਕੇ ਉਹਨੇ 'ਦਾ ਵਾਲਟ

ਡਿਸਨੀ ਕੰਪਨੀ' ਖੋਹਲੀ ਜੋ ਹੁਣ ਤਕ ਚੜ੍ਹਦੀਆਂ ਕਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਰਿਚਰਡਬਰਾਨਸਨ : ਵਰਜ਼ਨ ਏਅਰਲਾਇਨ, ਰੇਲਵੇ, ਵਰਜ਼ਨ ਐਟਲਾਂਟਿਕ, ਵਰਜ਼ਨ ਮਿਊਜ਼ਿਕ, ਅਤੇ ਵਰਜ਼ਨ ਐਕਟਿਵ ਦਾ ਮਾਲਕ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਫਲ ਵਿਉਪਾਰੀ ਹੈ। ਪਰ ਜਦ ਉਹ 16 ਸਾਲ ਦਾ ਸੀ ਤਾਂ ਉਹਨੂੰ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹਨੇ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਿਹਦੇ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸਫਲ ਨਾ ਹੋ ਸਕਿਆ। ਫਿਰ ਉਹਨੇ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਰਿਕਾਰਡ ਵੇਚਣ ਦਾ ਵਿਉਪਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜੋ ਚੱਲ ਪਿਆ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਵਰਜ਼ਨ ਨਾਂ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਖੋਹਲ ਲਈ। ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਅੱਜ ਸਫਲ ਵਿਉਪਾਰੀ ਹੈ ਪਰ ਵਰਜ਼ਨ-ਕੋਲਾ, ਵਰਜ਼ਨ-ਵੋਦਕਾ, ਵਰਜ਼ਨ-ਕਲੋਥਮ, ਵਰਜ਼ਨ-ਵਾਈ ਅਤੇ ਵਰਜ਼ਨ-ਕਾਰਡਜ਼ ਦੇ ਵਿਉਪਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲ ਰਿਹਾ ਸੀ।

ਉਪਰਾ ਵਿਨਫਰੇਅ : ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਟੀ. ਵੀ. ਮੀਡੀਏ ਵਿੱਚ ਉਪਰਾ ਨੂੰ ਪਹਿਲੇ ਨੰਬਰ ਦੀ ਮਸ਼ਹੂਰ ਔਰਤ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਇੱਕ ਐਕਟਰਸ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਡਿਉਸਰ ਵੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਟੀ. ਵੀ. ਤੇ ਉਹ ਸਭ ਤੋਂ ਟੀਸੀ ਤੇ ਹੈ ਪਰ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਉਹਨੂੰ ਇਕ ਰਿਪਰੋਟਰ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਟੀ. ਵੀ. ਲਈ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸ਼ਾਮ ਦੀਆਂ 6 ਵਜੇ ਵਾਲੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਤੋਂ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਕਿ ਉਹ ਸਵੇਰੇ 6 ਵਜੇ ਖ਼ਬਰਾਂ ਦਿਆ ਕਰੇ।

ਜੇ. ਕੇ. ਰੋਵਲਿੰਗ : ਜਿਹਨੇ ਹੈਰੀ ਪੋਟਰ ਕਿਤਾਬਾਂ ਲਿਖੀਆਂ, ਜਿਹਦੀਆਂ 400 ਮਿਲੀਅਨ ਕਾਪੀਆਂ ਵਿੱਕ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਫਲ ਫਿਲਮਾਂ ਵੀ ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਉਹਨੂੰ ਕਈ ਪਬਲਿਸ਼ਰਾ ਨੇ ਕਿਤਾਬ ਛਾਪਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਕਿਤਾਬਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੋਂ ਕਦੇ ਕੋਈ ਪੈਸੇ ਦਾ ਲਾਭ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
ਜੇ. ਕੇ. ਰੋਵਲਿੰਗ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਇਸ ਕਰਕੇ ਵੀ ਰੌਚਿਕ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਉਹਨੇ ਲਿਖਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਉਹਦਾ ਤਲਾਕ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਸੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਭੱਤਿਆਂ ਤੇ ਪਾਲ਼ ਰਹੀ ਸੀ।

ਬਿਲਗੇਟਸ : ਮਾਈਕਰੋਸੋਫਟ ਦਾ ਚੇਅਰਮੈਨ ਅੱਜ ਮੰਨਿਆ ਹੋਇਆ ਵਿਉਪਾਰੀ ਅਤੇ ਅਮੀਰ ਆਦਮੀ ਹੈ। ਉਹਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਪੌਲ ਐਲਨ ਅਤੇ ਪੌਲ ਮਿਲਬਰਟ ਨਾਲ "ਟਰਾਫ-ਓ-ਡਾਟਾ" ਨਾਂ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਖੋਲ੍ਹੀ ਸੀ ਕਿ ਟਰੈਫਿਕ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਦੇ ਸਕੇ ਪਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਉਪਾਰ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਨਾ ਹੋ ਸਕਿਆ। 1974 ਅਤੇ 1980 ਵਿੱਚ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਘਾਟਾ ਪਿਆ ਕਿ ਆਖੀਰ ਵਿੱਚ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਪਿਆ। ਪਰ ਉਹਨੇ ਹੌਂਸਲਾ ਨਾ ਹਾਰਿਆ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਪੌਲ ਐਲਨ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਮਾਈਕਰੋਸੋਫਟ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਖੋਲ੍ਹੀ ਜੋ ਅੱਜ ਦਿਨ ਦੁੱਗਣੀ ਰਾਤ ਚੌਗੁਣੀ ਤਰੱਕੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਹੋਰ ਸਫਲ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕਿੱਸੇ ਹਨ ਜਿਥੇ ਉਹ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਏ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਹੌਂਸਲਾ ਨਾ ਹਾਰਿਆ। ਸਿੱਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਦਗੀ ਵੱਲ ਸਾਡਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਕੀ ਹੈ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਦੀਵੀ ਖੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵੱਲ ਲਿਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਡੀ ਆਪਣੀ ਜਿੰਦਗੀ ਹੈ ਜਿਹਨੂੰ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਜੀਆ ਜਾਏ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪ ਖੁਦ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਨਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਜਿੰਦਗੀ ਬਸਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚਾਲਕ ਚੋਭਾ ਮਾਰਦਾ ਫਿਰੇ।

ਖੁਦਗਰਜ਼ੀ

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਕਈ ਮੌਕੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਹੀ ਸੋਚਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਰਵੱਈਆ ਹਰ ਪਾਸੇ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਬੇਸ਼ਰਮ ਹੋ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਢੰਗ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਠੱਗ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਾਰ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਗਾਲ੍ਹਾਂ ਕੱਢਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਗੁੱਸਾ ਝਾੜਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਖੁਦਗਰਜ਼ ਰਵੱਈਆ ਕਈ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ਕਈ ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਇਸ ਕਰਕੇ ਤਲਾਕ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇੱਕ ਜਣਾ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਬਿਹਤਰ ਇਨਸਾਨ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਵੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅੰਦਰ ਖੁਦਗਰਜ਼ ਰਵੱਈਆ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਿਵੇਂ? ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹਰ ਖਾਹਿਸ਼ ਪੂਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਸਿਖਾਉਣ ਤੋਂ ਹਿਚਕਿਚਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਕਈ ਮਾਂ ਬਾਪ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਚਣ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹੀ ਭਲਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦਾ ਲਿਹਾਜ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੋਸਤ ਬਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਲੈਣ ਨਾਲੋਂ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਚੰਗੇ ਬਣਨ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਖ਼ੁਦਗਰਜ਼ ਰਵੱਈਏ ਤੋਂ ਬਚ ਕੇ ਰਹਿਣ।

ਖੋਜਕਾਰਾਂ ਨੇ ਚਿੰਤਾ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਇਹ ਰੁਝਾਨ ਦੇਖਿਆ ਹੈ : ਕਈ ਨੌਜਵਾਨ/ ਮੁਟਿਆਰਾਂ ਇਸ ਰਵੱਈਏ ਨਾਲ ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬੀ ਮਿਲੇਗੀ ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਮਿਹਨਤ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ। ਕੁੱਝ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਮਾਹਿਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਫਟਾਫਟ ਤਰੱਕੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਕਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖਾਸ ਸਮਝਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੰਗਾ ਸਲੂਕ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਉਹ ਖਾਸ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਨਿਰਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕਈ ਵਾਰ ਕੁੱਝ ਲੋਕ ਇਸ ਲਈ ਖੁਦ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਸਮਝਦੇ

ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਹੀ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ਹਾਲ ਦੇ ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਰੁਝਾਨ ਆਮ ਹੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਮਾਪਿਆਂ ਉੱਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਸਰ ਹੋਇਆ ਵੀ। ਇਸ ਸਿਧਾਂਤ ਦਾ ਮਕਸਦ ਸਹੀ ਜਾਪਦਾ ਸੀ : ਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਨੀ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਨੀ ਤਾਂ ਹੋਰ ਵੀ ਵਧੀਆ ਗਲ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਇਹ ਵੀ ਸੋਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗੱਲ ਤੇ ਨਰਾਜ਼ ਹੋਣ ਨਾਲ ਉਹਦਾ ਹੌਂਸਲਾ ਢਹਿ ਜਾਵੇਗਾ। ਜਿਸ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਸਮਝਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਹੈ, ਉਸ ਵਿੱਚ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਡਿਆਉਂਦੇ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੇ ਮਾਪੇ ਨਹੀਂ ਕਹਿਲਾਉਗੇ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਕੁੱਝ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਾ ਕਹਿਣ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਘਟੀਆ ਸੋਚਣ।

ਇਸ ਲਈ ਕਈ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਦੇ ਪੁਲ ਬੰਨ੍ਹਣ ਲੱਗੇ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਇਸ ਲਾਇਕ ਕੁੱਝ ਖਾਸ ਕੀਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇਹ ਰੁਝਾਨ ਏਸ਼ੀਆਈ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹਰ ਛੋਟੀ-ਮੋਟੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਦੇ ਜਸ਼ਨ ਮਨਾਏ ਜਾਣ ਲੱਗੇ ਅਤੇ ਹਰ ਗਲਤੀ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਕਿੰਨੀ ਵੱਡੀ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਸੀ ਕਿ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਬੁਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਕੇ ਬਾਕੀ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਗਲ ਤੇ ਖੁਸ਼ ਕਰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਬਣ ਗਿਆ, ਨਾ ਕਿ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਸਿਖਾਉਣੇ, ਜਿੰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਉਹ ਸੱਚ-ਮੁੱਚ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਸਨ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਨੀ ਉਦੋਂ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਹ ਢੁੱਕਵੀਂ ਹੋਵੇ। ਪਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਗਲਤ ਨਜ਼ਰੀਆਂ ਆਪਣਾ ਲੈਣਗੇ।

ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕੋਈ ਕੁੱਝ ਨਾ ਹੁੰਦੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਸਮਝੇ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਸਿਰਫ ਅੱਲੜ੍ਹ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਹੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਕਈ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ ਵੀ ਇਹਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਹਨ। ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਸਾਡਾ ਆਪਣਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਨਹੀਂ। ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ ਲੋਕ ਮਖੌਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਸਖ਼ਸ਼ੀਅਤ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲੈਣ ਤੋਂ ਸੰਕੋਚ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਹਿਣ ਤਕ ਵੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ 'ਇਹਦਾ ਦਿਮਾਗ ਖਰਾਬ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।'

ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾੜਨਾਂ ਦੇਣੀ ਅਤੇ ਤਾਰੀਫ ਕਰਨ ਦਾ ਆਪਣਾ

ਟੀਚਾ ਰੱਖੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਝੂਠੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਨਾ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਸ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ। ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਉਸ ਵੇਲੇ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੁੱਝ ਸਿੱਖਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਕਹਿਣ ਨਾਲ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਤੂੰ ਤਾਂ ਕਮਾਲ ਹੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕੁੱਝ ਵੀ ਨਾ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ। ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲੋੜੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਕਈ ਨੌਜਵਾਨ ਜਦੋਂ ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਕੁੱਝ ਤਾਂ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਨੁਕਤਾਚੀਨੀ ਸੁਣ ਕੇ ਬੜੇ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਨਖਰੇ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਉਹੀ ਕੰਮ ਕਰਨਗੇ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਉੱਚੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ਡਾਕਟਰ ਜੋਸਫ ਐਲਨ ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ, "ਇਸਕੇਪਿੰਗ ਦ ਐਂਡਲੈੱਸ ਐਡੋਲੈਸੈਂਸ" ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਇੰਟਰਵਿਊ ਵੇਲੇ ਕਿਹਾ ਸੀ, "ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦਿਆਂ ਕੁੱਝ ਮਾੜੇ-ਮੋਟੇ ਬੋਰਿੰਗ ਕੰਮ ਵੀ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਮੈਂ ਬੋਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ।" ਡਾਕਟਰ ਐਲਨ ਲਿਖਦਾ ਹੈ : "ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਇਸ ਗਲ ਦੀ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਕਿ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦਿਆਂ ਕੁੱਝ ਬੋਰਿੰਗ ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗੱਲ ਜਾਣੇ ਬਿਨਾਂ ਉਸ ਨੇ 23 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਕਿਵੇਂ ਗੁਜ਼ਾਰ ਲਈ?" ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਖੁਦ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਤੋਂ ਖੁਸ਼ ਹੋਵੇਗਾ। ਹਰ ਮਾਪਾ (ਮਾਂ-ਬਾਪ) ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਸੀਬਤ ਤੋਂ ਮਹਿਫੂਜ਼ ਰੱਖੇ। ਪਰ ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅਗਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪੇਪਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਧਿਆਪਕ ਕੋਲ ਜਾਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਨੰਬਰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਅਗਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪੁੱਤਰ ਨੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਜੁਰਮਾਨਾ ਹੋਣ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਹਦਾ ਜ਼ੁਰਮਾਨਾ ਭਰੋ। ਅਗਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪੁੱਤਰ ਜਾਂ ਧੀ ਦੀ ਗੁਆਂਢੀ ਨਾਲ ਲੜਾਈ ਹੋ ਗਈ ਤਾਂ ਇਹਦਾ ਦੋਸ਼ ਗੁਆਂਢੀ ਸਿਰ ਮੜੋ। ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਨੀ ਕੁਦਰਤੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਪਰ ਹੱਦੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਲਤ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਜਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। 'ਪਾਜ਼ਿਟਵ ਡਿਸਿਪਲਨ ਫਾਰ ਟੀਨੇਜ਼ਰਜ਼' ਕਿਤਾਬ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ : ਦੁੱਖਾਂ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਸ਼ਬਕ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਖੁਦਗਰਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਫਰਜ਼ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਭ ਕੁੱਝ ਕਰਨ।"

ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਗਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਨ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਤੇ ਬੁਰਾ ਸਮਾਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਚੰਗੇ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਵੀ ਇਹ ਸਮਾਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਿਸਾਲਾਂ ਸਾਡੇ ਗੁਰੂਆਂ ਦੀਆਂ ਵੀ ਹਨ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਲਈ ਲੜਨ ਮਿਟਣ ਵਾਲੇ ਸੂਰਮਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵੀ ਹਨ। ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਹਰ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਸਤੁੰਸ਼ਟ ਰਹਿਣਾ ਸਿੱਖਿਆ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਰਾਜ਼ ਜਾਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੰਗੀਆਂ-ਤੁਰਸ਼ੀਆਂ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ "ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦਾ ਭਾਰ ਆਪ ਚੁੱਕਣਾਂ ਪਵੇਗਾ।" ਅਗਰ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੁੱਤਰ ਨੂੰ ਜ਼ੁਰਮਾਨਾਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਖਰਚੇ ਜਾਂ ਤਨਖਾਹ ਵਿਚੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਭਰੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਪੇਪਰ ਵਿਚੋਂ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਅਗਲੀ ਵਾਰ ਚੰਗੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਗੁਆਂਢੀ ਨਾਲ ਲੜਾਈ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਹੌਂਸਲਾ ਦਿਉ। ਪਰ ਸਮਾਂ ਆਉਣ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਵਾਲਾਂ 'ਤੇ ਸੋਚ-ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰੋ: ਜੋ ਕੁੱਝ ਹੋਇਆ, ਕੀ ਉਹ ਮੇਰਾ ਕਸੂਰ ਸੀ?" ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਸੁਲਝਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੰਮਤ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਵੱਧਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਸੁਲਝਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ।

20 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ 'ਤੇ ਕੀਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ 81% ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਾ ਮੁਖ ਮਕਸਦ "ਅਮੀਰ ਬਣਨਾ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨੀ।" ਪਰ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਪਿੱਛੇ ਲੱਗਣ ਨਾਲ ਸਤੁੰਸ਼ਟੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ। ਦਰਅਸਲ, ਇੱਕ ਖੋਜ਼ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿੱਚ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਕਮਾਉਣਾ ਹੀ ਸਭ ਕੁੱਝ ਹੈ। ਉਹ ਇੰਨੇ ਖੁਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ ਰੋਗ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਹਨਾਂ ਪਿੱਛੇ ਕੁੱਝ ਕਾਰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਹ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਅਜਿਹੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜੰਮੇ-ਪਲ਼ੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਲਈ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਕਮਾਉਣਾ ਹੀ ਸਭ ਕੁੱਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਤਾਬ ਨਾਰਸੀਸਿਜ਼ਮ ਐਪੀਡੈਮਿਕ ਮੁਤਾਬਿਕ: ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮੰਗਦੇ ਹਨ। ਸੋ ਮਾਪੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਲਈ। ਫਿਰ ਉਹ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮੰਗਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।"

ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਆਪਣੇ ਗਾਹਕਾਂ ਦੀ ਇਸ ਚਾਹਤ ਦਾ ਫਾਇਦਾ

ਉਠਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ: ਦਿਲ ਜੋ ਚਾਹੇ, ਪਾਵੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ।" ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨੌਜਵਾਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਰਜ਼ੇ ਹੇਠ ਦੱਬ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਨਹੀਂ ਚੁਕਾ ਪਾਉਂਦੇ ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਉਹ "ਹੱਕਦਾਰ" ਬਣੇ ਫਿਰਦੇ ਸਨ।

ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਪਰ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਹ ਪੈਸਾ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਈ ਦੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਪਿੱਛੇ ਪਾਗਲ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਉਹਨਾਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਰਹਿਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਜਾਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਇਨਸਾਨ ਅਮੀਰ ਬਣਨ ਤੇ ਤੁਲੇ ਹੋਏ ਹਨ ਉਹ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਫੰਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਬੇਤੁਕੀਆਂ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੇ ਵਸ ਵਿੱਚ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਮਾਪੇ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੈਸੇ ਨਾਲ ਖ੍ਰੀਦੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਰਵੱਈਆ ਹੈ? ਇਹ ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤਰਜ਼ੀਹ ਦਿਉਗੇ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਕਿਤਾਬ ਨਾਰਸੀਸਿਜ਼ਮ ਐਪੀਡੈਮਿਕ: "ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਅਜਿਹੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਸੇਲ ਤੇ ਲੱਗੀ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਕਦੋਂ ਖਰੀਦਣੀ ਹੈ? ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਖਰੀਦਣੀ ਚੰਗੀ ਨਹੀਂ ਹੈ? ਵਿਆਜ਼ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਕਿਸੇ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਦੋਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਖਰੀਦੀ ਸੀ?"

ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ੇ ਵਾਂਗ ਨਾ ਵਰਤੋਂ ਤਾਂ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਭੁਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਕਿਤਾਬ 'ਦ ਪ੍ਰਾਈਸ ਆਫ ਪ੍ਰੀਵਲਿਜ' ਮੁਤਾਬਿਕ : ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆਉਣ ਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖ੍ਰੀਦਣ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ। ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸੋਚ-ਸਮਝ ਕੇ ਹਮਦਰਦੀ ਨਾਲ ਨਿਪਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਨਵੀਂ ਜੁੱਤੀ ਅਤੇ ਪਰਸ ਖ੍ਰੀਦ ਕੇ।"

ਦੋਸਤੀ

ਪਹਿਲੀ ਅਗਸਤ ਨੂੰ ਦੋਸਤੀ ਦਾ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਦਿਨ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਤੇ ਦੋਹਰ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਇਹਦੀ ਲੋੜ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਸ਼ਾਇਦ ਐਹੋ ਜਿਹੇ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਇਸ ਕਰਕੇ ਵੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਅਸੀਂ ਕੁੱਝ ਸਮਾਜਿਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਸਮਾਜ ਟਿਕਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਭੁਰਦੀਆਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਐਹੋ ਜਿਹੇ ਦਿਨ ਮਨਾ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਵਿੱਚ 42 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਔਰਤ ਨੇ 25 ਦਸੰਬਰ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਿਸ਼ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਸਾਲ 2010 ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਸ਼ਹੂਰ ਸੋਸ਼ਲ ਨੈਟਵਰਕਿੰਗ ਸਾਇਟ ਤੇ ਖੁਦਕਸ਼ੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਨੋਟ ਲਿਖਿਆ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਏਦਾਂ ਲੱਗਾ ਕਿ ਉਹ ਮੱਦਦ ਲਈ ਪੁਕਾਰ ਰਹੀ ਸੀ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਸ ਔਰਤ ਦੇ ਸੋਸ਼ਲਨੈਟੱਵਰਕ 'ਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਹੀ ਆਨਲਾਈਨ "ਦੋਸਤ" ਬਣੇ ਸਨ। ਪਰ ਕੋਈ ਇੱਕ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਮੱਦਦ ਲਈ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਆਇਆ। ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਲਾਸ਼ ਇੱਕ ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਮਿਲੀ। ਉਸ ਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੋਲੀਆਂ ਖਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਲੈ ਲਈ।

ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਦੀ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੋਸ਼ਲ ਨੈਟੱਵਰਕਿੰਗ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਹੀ "ਦੋਸਤ" ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਕੰਪਿਊਟਰ ਆਦਿ ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਆਪਣੀ ਕਾਨਟੈਕਟ ਲਿਸਟ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਆਪਣੀ "ਦੋਸਤੀ" ਤੋੜਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਲਿਸਟ ਵਿਚੋਂ ਬੱਸ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਨਾਂ ਕੱਟ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰੀ ਉਸ ਦਰਦਨਾਕ ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਇੱਕ ਸੱਚਾਈ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੱਚੇ ਦੋਸਤ ਮਿਲਣੇਂ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹਨ। ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਤੋਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਅਸੀਂ ਅੱਜ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਆਨ-ਲਾਇਨ ਦੋਸਤੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਫਿਰ ਵੀ ਸੱਚੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਕਾਫੀ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੋਵੋਗੇ ਕਿ ਚੰਗੇ ਦੋਸਤ ਬਣਾਉਣੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਲੱਗੇ ਕਿ ਕੰਪਿਊਟਰ ਜਾਂ ਮੋਬਾਇਲ ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ ਬਣਨ ਪ੍ਰੈਸ ਕਰਨ ਨਾਲ ਦੋਸਤ ਨਹੀਂ ਬਣ ਜਾਂਦੇ। ਹੁਣ ਸੁਆਲ ਇਹ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੋਸਤ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਖੂਬੀਆਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਦੋਸਤ ਕਿਵੇਂ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ? ਪੱਕੀ ਦੋਸਤੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਦੋਸਤੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਦੋ ਸੱਚ ਯਾਨਿ ਦੋਸਤ। ਸੱਚੀ ਦੋਸਤੀ ਦਾ ਮਤਲਬ

ਹੈ : ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦਾ ਸਾਥ ਨਿਭਾਉਣਾ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਦੋਸਤ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੇ ਫਰਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦਿਲੋਂ ਫਿਕਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੱਚੀ ਦੋਸਤੀ ਇੱਕ ਤਰਫਾ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਦੋ ਤਰਫਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਿਹਨਤ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬੜੀਆਂ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਐਹੋ ਜਿਹੀ ਦੋਸਤੀ ਦਾ ਫਲ ਮਿੱਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਖੁਦ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ: "ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ, ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਦੇਣ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਾਂ?" ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਚੰਗੇ ਦੋਸਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਖੁਦ ਨੂੰ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਦੋਸਤ ਬਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਖੂਬਸੂਰਤ ਬਾਗ ਬੜੀ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੰਗੀ ਦੋਸਤੀ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਦਿਖਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਖੁਦ ਚੰਗੇ ਦੋਸਤ ਬਣ ਕੇ ਦਿਖਾਓ। ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਪਿਆਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਲਵੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖੁਸ਼ੀ-ਖੁਸ਼ੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਂ ਦੇਵੋ।

ਦੇਖਣ 'ਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜਕੱਲ੍ਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਇ ਖੁਦਗਰਜ਼ ਬਣਨਾਂ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਜਦ ਕੋਈ ਸਾਡੇ ਲਈ ਕੁੱਝ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਦਲੇ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਖੁਸ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਐਨਾਂ ਮੂਰਖ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਵਰਤ ਕੇ ਉਸਨੂੰ ਸਿੱਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਦੂਸਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣ, ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੇਸ਼ ਆਉ। ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੰਦੇ ਰਹੋ ਤਾਂ ਲੋਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਦੇਣਗੇ। ਸਾਨੂੰ ਖੁਲ੍ਹਦਿਲੀ ਨਾਲ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਦਰਿਆ-ਦਿਲੀ ਦਿਖਾਉਣ ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਦੀਆਂ ਤੰਦਾਂ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋ ਕੇ ਬੰਧਨ ਗੂੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸ਼ਰਤ ਦੇ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰਦਮ ਤਿਆਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਡੇ ਵੱਲ ਖਿੱਚੇ ਆਉਣਗੇ।

ਅਗਰ ਦੋ ਦੋਸਤ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਨਹੀਂ ਸੁਣਦੇ ਤਾਂ ਦੋਸਤੀ ਗੂੜ੍ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣੋਂ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰੋ। ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹੌਂਸਲਾ ਦੇ ਕੇ ਹਿੰਮਤ ਵਧਾਓ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਜਾਂ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਪਰ ਇੱਕ ਵਫਾਦਾਰ ਦੋਸਤ

ਬੇਝਿਜਕੇ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਦੱਸੇਗਾ ਅਤੇ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਰਾਹ ਪਾਵੇਗਾ। ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਦੇਣ ਵੇਲੇ ਇੱਕ ਸੱਚਾ ਦੋਸਤ ਬਿਨਾਂ ਡਰੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰਾਇ ਦੱਸੇਗਾ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਤਾਂ ਉਹ ਇਸ ਦਾ ਬੁਰਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਨਾਏਗਾ। ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਉਹ ਲੋਕ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਬੈਠ ਕੇ ਸਾਡੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸੁਣਦੇ ਹਨ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਸ ਵੇਲੇ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਸੱਚੇ ਦੋਸਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੀ ਸਮਝ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸੱਚ-ਸੱਚ ਦੱਸਣਗੇ ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਸੱਚ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੇਸ ਲੱਗੇ ਪਰ ਉਹ ਸਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਭਲਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੋਲਣ ਵਿਚ ਕਾਹਲੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਜਲਦੀ ਤੈਸ਼ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਚੰਗੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਵਧੀਆ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਖੁਸ਼ੀ-ਖੁਸ਼ੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ। ਅਗਰ ਆਪਾਂ ਹੀ ਬੋਲੀ ਜਾਈਏ, ਤਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਸਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕੋਈ ਮਾਅਨੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੀਆਂ। ਸੋ ਇਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਸਾਡਾ ਕੋਈ ਦੋਸਤ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਦਿਲ ਦੀ ਗੱਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਾਂ ਕੰਨ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣੀਏ। ਅਗਰ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸਿੱਧੀ ਗੱਲ ਕਹਿ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਬੁਰਾ ਨਹੀਂ ਮਨਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਆਣਿਆਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸਲੀ ਮਿੱਤਰ ਦੀ ਤਾਂ ਚਪੇੜ ਦਾ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਲਾਭ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜਿੱਦਾਂ-ਜਿੱਦਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਦੇ ਕਰੀਬ ਆਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਉੱਦਾ-ਉੱਦਾ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਦੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ-ਕਮੀਆਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਇਹ ਗੱਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਦੋਸਤ ਵਿੱਚ ਕਮੀਆਂ-ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਹੁਤ ਘਾਟਾਂ ਹਨ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਤੋਂ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਉਮੀਦਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀ ਰੱਖਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ। ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਦੀਆਂ ਖੂਬੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲੋਂ ਗਲਤੀਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਫ਼ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੋਂ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਉਮੀਦਾਂ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮੰਨੀਏ ਅਤੇ ਯਾਦ ਵੀ ਰੱਖੀਏ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਮਾਫ਼ੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੀ ਅਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਾਂਗੇ। ਇਹ ਗੱਲ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਦੋਸਤ ਗਲਤੀਆਂ ਕਰਨਗੇ। ਜਦ ਗਿਲੇ-ਸ਼ਿਕਵੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਝੱਟ ਸੁਲ੍ਹਾ ਕਰ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਉਹ ਗੱਲ ਛੇੜਨੀ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦੀ।

ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜਣੇ ਕਈ ਵਾਰ ਗਲਤੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਕੋਈ ਬੋਲਣ ਵਿੱਚ ਗਲਤੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਮੁਕੰਮਲ ਇਨਸਾਨ ਹੈ

ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਮੁਕੰਮਲ ਇਨਸਾਨ ਹਨ? ਇਹ ਸੁਆਲ ਸਾਨੂੰ ਸਦਾ ਚੇਤੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਾਂਗੇ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਤੋਂ ਖਿੱਝ ਨਹੀਂ ਆਵੇਗੀ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕਮੀਆਂ-ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਸਕਾਂਗੇ। ਕਈ ਸਿਆਣੇ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਗੱਲੋਂ ਨਾਰਾਜ਼ ਕੀਤਾ ਵੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਸਹਿੰਦੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਦਿਲੋਂ ਮਾਫ਼ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਪਰ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਕਿੰਨ੍ਹੀ ਵਾਰ ਦੁੱਖੀ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੰਨਾ ਗਹਿਰਾ ਜਖ਼ਮ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ? ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਸੱਚਾਈ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਪਿਆਰ ਹੀ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਏਕਤਾ ਦੇ ਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੰਨ੍ਹਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਇਨਸਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਜਖ਼ਮੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਸੱਚਾ ਮਿੱਤਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਇਹ ਗੱਲ ਤਾਂ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਸੋਚ-ਸਮਝ ਕੇ ਦੋਸਤ ਬਣਾਉਦੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਿਰਫ ਆਪਣੀ ਉਮਰ, ਧਰਮ, ਨਸਲ, ਜ਼ਾਤ, ਅਕੀਦੇ ਜਾਂ ਕੌਮੀਅਤ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਹੈਸੀਅਤ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਕਰੀਏ। ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਉਮਰ ਵੱਖਰੇ-ਵੱਖਰੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣਾ ਗਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਗਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੋਚਣ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਨੂੰ ਪਿਛਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰਾਂਗੇ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਸਿਰਫ ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵਰਗੇ ਦੋਸਤ ਬਣਾਈਏ ਤਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਇੱਕੋ ਹੀ ਰੰਗ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਰੰਗ ਕਿੰਨਾਂ ਹੀ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੋਵੇ ਪਰ ਇੱਕ-ਨਾ ਇੱਕ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਰੰਗ ਪਾ-ਪਾ ਕੇ ਅੱਕ ਜਾਵੋਗੇ।

ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣਾ ਸਿੱਖਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਵੀ ਸਿੱਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਛੋਟੇ-ਵੱਡਿਆਂ ਨਾਲ ਅਤੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਪਿਛੋਕੜਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੱਲ ਕਰੀ ਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਭਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੁਖਾਲ਼ਿਆਂ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਪਿਆਰ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਆਪਣੇ ਦਿਲਾਂ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਨਫ਼ਰਤਾਂ ਅਤੇ ਕੁੜਤਣਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਕੇ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਗਰ ਬਿਨਾਂ ਫਰਕ ਕੀਤਿਆਂ ਅਤੇ ਬਣਦੀ ਥਾਂ ਦੇ ਕੇ ਦੋਸਤੀ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ

ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲੇਗੀ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰੇ ਬਣ ਜਾਵਾਂਗੇ। ਪਰ ਦੋਸਤੀ ਦੀ ਆੜ ਵਿੱਚ ਧੋਖਿਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝ ਵਾਲੀ ਦੋਸਤੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਪੁੱਗਦੀ ਹੈ।

ਬਹਿਸ ਅਤੇ ਝਗੜੇ

ਬਹਿਸ ਤਰਕ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਬਹਿਸ ਵਿੱਚ ਤਰਕ ਨਾ ਹੋਵੇ ਉਹ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਅਤੇ ਲੜਾਈ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬਹਿਸ ਲਈ ਹਵਾਲਿਆਂ, ਸਬੂਤਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਬੂਤ, ਹਵਾਲੇ, ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਬਹਿਸ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਦੇ ਅਤੇ ਨਿਤਾਰਦੇ ਹਨ। ਬਹਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਆਪਣੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਸਬੂਤਾਂ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਦੱਸਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਫ਼ਾਈ ਦੇਣ ਵੇਲੇ ਵੀ ਸਬੂਤ ਦੀ ਪਲੜਾ ਭਾਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਜਿਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤਰਕ ਤੇ ਹੀ ਅਧਾਰਤ ਹੋਣ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਕਈ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਭਾਰੂ ਹੋ ਕੇ ਤਰਕ ਤੇ ਫੈਂਸਲੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਇਆ ਇਨਸਾਨ ਹੋਰ ਦਬਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਇਸ ਬੇਇਨਸਾਫੀ ਵਿੱਚ ਪਿਸਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਉਹਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਤੇ, ਤਾਂ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੀ ਹੈ ਸਗੋਂ ਉਹਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਪਤਨੀ, ਭੈਣ-ਭਰਾ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਵੀ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਵੀ ਸੱਚਾਈ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਇੱਕ ਦੇ ਗਿਆਨ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਸੀਮਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ-ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਘੱਟ। ਫਿਰ ਜਦ ਉਹ ਦੋ ਇਨਸਾਨ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਗਿਆਨ ਦਾ ਵਖਰੇਵਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਸਹਿਮਤੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਧਾ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਧੀਨ ਜਕੜੇ ਇਨਸਾਨ ਨਾਲ ਬਹਿਸ ਕੋਈ ਸਾਰਥਿਕ ਨਤੀਜਾ ਨਹੀਂ ਕੱਢਦੀ। ਇਹਨਾਂ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਰਕ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਘਾਟ ਰੜਕਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਸ਼ਰਧਾਵਾਨ ਲੋਕ ਤਾਂ ਇੱਕ ਵੀ ਉਲਟ ਗੱਲ ਸੁਨਣ, ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਗਰ ਕਿਸੇ ਨੇ ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਰਧਾਵਾਨ ਸ਼ਖ਼ਸ਼ੀਅਤ ਦੇ ਖਿਲਾਫ਼ ਕਹਿ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਉਹ ਕਤਲ ਕਰਨ ਤੱਕ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬਿਰਤੀ ਆਮ ਕਰਕੇ ਅਖੌਤੀ ਧਾਰਮਿਕ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਕਈ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਇਲਮ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਹ ਦਿਨ ਰਾਤ ਇਸ ਸ਼ਰਧਾ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਇੰਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗ਼ਲਤਾਨ ਕਿਉਂ ਹਨ? ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਤਾਂ ਇਹ ਇਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਅਤੇ ਸਖ਼ਸੀਅਤ ਇਸ ਵਿੱਚ ਹਰ ਪਾਸਿਓਂ ਜਲੇਬੀ ਦੇ ਖੰਡ ਦੀ ਚਾਸ਼ਣੀ ਵਿੱਚ ਲਪੇਟੀ ਵਾਂਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੱਖ ਬਾਰੇ ਕਿੰਤੂ-ਪ੍ਰੰਤੂ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਦੁਆਲੇ ਸਟੀਲ ਦਾ ਕਵਚ ਜਕੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹਾਲਤ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਲੋਕ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਬੰਬ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਤਬਾਹੀ ਮਚਾਉਣ ਤੋਂ

ਗੁਰੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਇਹ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਹੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਮਸਤ ਅਤੇ ਗੁਡ਼ੂੰਦ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਖਤਰਨਾਕ ਗੱਲ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪੱਕੇ ਗੀਠੇ ਵਾਂਗ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੋ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਹੈ, ਉਹ ਬਿਲਕੁਲ ਠੀਕ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਅਕੀਦੇ ਵਿੱਚ ਪਰਪੱਕ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਇਸ਼ਟ ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਉਹ ਬਹੁਤ ਭਲੇ ਵਾਲਾ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਹੋਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ ਉਹ ਖੁਸ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਦੇਣਾ ਗਲਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਸਗੋਂ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ ਅਤੇ ਮਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਇਨਾਮ ਮਿਲਣਗੇ।

ਇਸ ਧਾਰਨਾਂ ਦੀ ਜਦ ਤਹਿ ਵਿੱਚ ਜਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਮਝ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਕੀ-ਕੀ ਤਰਕ ਦੇ ਕੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਗਲਤ ਹੋ ਨਿਬੜਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਵਿਗਿਆਨਕ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਤਰਕਵਾਲਾ ਖਾਨਾ ਗਾਇਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜ-ਮਰੋੜ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹਦੇ ਨਾਲ ਦਿਮਾਗੀ ਪੁਰਜ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਪੇਂਦ ਚੜਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਧੱਕਾ, ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਤਕਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਇਸ ਵਰਤਾਰੇ ਤੇ ਰੋਕ ਨਾ ਲਾਈ ਗਈ ਤਾਂ ਨਸਲਕੁਸ਼ੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੋਸ਼ੀਲੀਆਂ ਤਕਰੀਰਾਂ ਬਲਦੀ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਤੇਲ ਪਾਉਣ ਵਾਂਗ, ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਭਾਂਬੜ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੜਵਾਹਟ, ਨਫ਼ਰਤ ਅਤੇ ਕੁੱੜਤਣ ਦਾ ਬੁਖਾਰ ਤਪਦੇ ਤੰਦੂਰ ਵਾਂਗ ਦਿਮਾਗਾਂ ਨੂੰ ਚੜ੍ਹਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਨਫਰਤ ਅਤੇ ਕੁੜੱਤਣ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰ ਰੰਗ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਪੱਟੀ ਪੜ੍ਹਾਉਣੀ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਚੱਕਣਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰਹ-ਸੱਸ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰ ਆਮ ਵਰਤਾਰਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹਦਾ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਦਮੀ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਕੁੱਟਣ ਤਕ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਘਰ ਬਰਬਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਰੁਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੋਕ ਤਮਾਸ਼ਾ ਦੇਖਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਤ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਸ਼ਾਤੀ ਨਾਲ ਮਸਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਔਖੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਕਈ ਵਾਰ ਇਉਂ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਵੇਲੇ ਬਾਰੂਦੀ ਸੁਰੰਗ ਰਾਹੀਂ ਲੰਘ ਰਹੇ ਹੋ ਜਿਥੇ ਕੋਈ ਵੀ ਕਦਮ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਵਿਸਫੋਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਨਦੀਪ ਨਾਂ ਦੀ ਪਤਨੀ ਕਹਿੰਦੀ : ''ਕਦੇ-ਕਦੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਗੱਲ ਕਹਿ ਦਿੰਦੀ ਹਾਂ, ਪਰ ਗੱਲ ਉਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮੂੰਹੋਂ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦੀ ਜਿਸ

ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮੈਂ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਮੈਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਗੱਲ ਦੱਸੀ ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਮੈਂ ਸੁਪਨੇ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਦੱਸੀ ਸੀ। ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਵਾਕਿਆ ਈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਇਆ ਹੈ।"

ਭਾਵੇਂ ਸਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਆਹੁਤਾ ਸਾਥੀ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਲਈ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹੋ, ਫਿਰ ਵੀ ਕੁੱਝ ਮਸਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋਗੇ, ਕਿਉਂ ? ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਕਿ ਦੋ ਲੋਕ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਆਹੁਤਾ ਜੀਵਨ ਜਾਂ ਤਾਂ ਰੰਗੀਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਭਰਿਆ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਜੋੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤਣਾਅ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਰੇਚਲ ਨਾਂ ਦੀ ਪਤਨੀ ਦੱਸਦੀ ਹੈ : ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਝਗੜਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਖਰੀਆਂ-ਖੋਟੀਆਂ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਸੋ ਜਦੋਂ ਮੇਰਾ ਵਿਆਹ ਹੋਇਆ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਉਸੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੀ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਮੇਰੀ ਮੰਮੀ, ਮੇਰੇ ਡੈਡੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੀ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਸਿੱਖਿਆ।"

ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਆਮ ਕਰਕੇ ਗਰਮਾ-ਗਰਮ ਬਹਿਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਉਹ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਝਗੜਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ਜਦੋਂ ਬਹਿਸ ਇਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ "ਤੁਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੇਰ ਕਰਦੇ ਹੋ।" ਤਾਂ ਇਹ ਬਹਿਸ ਸ਼ਾਇਦ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪਾਬੰਦ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਵੇ ਕਿ ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ।

ਕਾਰਨ ਜੋ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਲਗਾਤਾਰ ਝਗੜਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗੱਲ ਤਲਾਕ ਦੀ ਨੌਬਤ ਤਕ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਦ ਸਾਡੀ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਹਨੂੰ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਉਸ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਘਰ ਦੀ ਗੱਲ ਵੱਖਰੀ ਹੈ।

ਝਗੜੇ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕਿ ਝਗੜੇ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਨੂੰ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਵੇ। ਝਗੜੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਦੋਵੇਂ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸੀ। ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਕੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸੁਝਾਆਂ ਤੇ ਗ਼ੌਰ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਕਾਗਜ਼ ਉੱਤੇ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਇੱਥੋਂ ਕਿ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਝਗੜੇ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਕੀ ਸੀ? ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ਪਤੀ, ਸ਼ਾਇਦ ਲਿਖੇ, "ਤੂੰ ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਆਪਣੀਆਂ ਸਹੇਲੀਆਂ ਨਾਲ ਬਿਤਾਇਆ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਫੋਨ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ।" ਪਤਨੀ ਸ਼ਾਇਦ ਲਿਖੇ, "ਤੁਸੀਂ ਗੁੱਸੇ ਹੋ ਗਏ, ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਹੇਲੀਆਂ ਨਾਲ ਕੁੱਝ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰਿਆ।"

ਹੁਣ ਖੁਲ੍ਹੇ ਦਿਮਾਗ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ: ਕੀ ਮਾਮਲਾ ਵਾਕਈ

ਗੰਭੀਰ ਸੀ? ਕੀ ਇਸ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ? ਕਦੇ-ਕਦੇ ਸ਼ਾਤੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਗੱਲ ਵਿੱਚ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਅਤੇ ਇਸ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਗੱਲ ਬਦਲੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਮਾਫ਼ੀ ਮੰਗ ਕੇ ਗੱਲ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਨਾ ਫਿਰ ਛੇੜਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਵੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਖਿਆਲ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਾਮਲਾ ਗੰਭੀਰ ਹੈ ਤਾਂ ਲਿਖੋ ਕਿ ਝਗੜੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਵੀ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ਪਤੀ ਸ਼ਾਇਦ ਲਿਖੇ: "ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਾ ਕਿ ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਹੇਲੀਆਂ ਨਾਲ ਬਿਤਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੀ ਆਂ। "ਪਤਨੀ ਸ਼ਾਇਦ ਲਿਖੇ:" ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਇਵੇਂ ਪੇਸ਼ ਆਏ ਜਿਵੇਂ ਮੈਂ ਬੱਚੀ ਹੋਵਾਂ ਜੋ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਤੋਂ ਪੁੱਛ ਕੇ ਸਾਰਾ ਕੁੱਝ ਕਰਦੀ ਹੈ।" ਹੁਣ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੇਪਰ ਦਿਉ ਅਤੇ ਲਿਖੀਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ। ਇਹ ਦੇਖੋ ਕਿ ਝਗੜੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਦੀ ਗਹਿਰੀ ਚਿੰਤਾ ਸੀ? ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੂੰ-ਤੂੰ, ਮੈਂ-ਮੈਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮਸਲੇ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਿਪਟ ਸਕਦੇ ਸੀ।

ਸਿਆਣੇ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਅਪਰਾਧ ਨੂੰ ਢੱਕ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਕਈ ਵਾਰ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ ਸਹਿੰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿਲੋਂ ਮਾਫ਼ ਵੀ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਮੂਰਖ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਗੁੱਸਾ ਦਿਖਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਬੁੱਧਵਾਨ ਆਪਣੇ ਕ੍ਰੋਧ ਨੂੰ ਰੋਕ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਂ ਵਿੱਚ 10 ਵਿਚੋਂ 8 ਜੋੜੇ ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਾਕਿਫ਼ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕਿ ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਝਗੜਾ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਵੈਸੇ ਵੀ ਥੋੜੀ ਸੋਚ ਅਤੇ ਇੱਕ ਪਾਸੜ ਸੋਚ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਹੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ-ਮਿਲਾਪ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰੇਗਾ।

ਸੁਨਹਿਰਾ ਭਵਿੱਖ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਕਿਵੇਂ ਸੁਨਹਿਰਾ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਕਿਵੇਂ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਸੁਆਲ ਸਾਡਾ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਮਿੱਤਰ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦਾ ਪਿੱਛਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦਾ। ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੀ ਲਾਜ਼ਵਾਬ ਕਾਬਲੀਅਤ ਵਰਤੋਂ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੀਤੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਅਜਿਹੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨੇ ਔਖੇ ਲੱਗਣ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਫਾਇਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਕਿਉਂ? ਕਿਉਂਕਿ ਅੱਜ ਸਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਫਟਾਫਟ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਆਪਾਂ ਗੱਲ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਕਾਇਦਾ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ, ਮਨੋਰੰਜਨ ਜਾਂ ਦਿਲ-ਪਰਚਾਵੇ ਵਿੱਚ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਦੇ ਦਬਾਅ ਨਾਲ ਜੂਝਣਾ ਪਵੇ। ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਕੁੱਝ ਪਹਿਲੂਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕੁੱਝ ਕਰੋ ਜਿਸ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸਫਲਤਾ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ। ਸਹੀ ਰਾਹ 'ਤੇ ਚੱਲਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਾਕਤ ਕਿਵੇਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ? ਆਉ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੀਏ।

1.ਆਪਣੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ:

ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਸਮਝਦਾਰ ਇਨਸਾਨ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਦੇਖ ਕੇ ਪਿੱਛੇ ਹਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਠੰਡੇ ਦਿਮਾਗ ਨਾਲ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰੋਗੇ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੇ ਫੈਸਲੇ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਪੱਕਾ ਇਰਾਦਾ ਕਰੋਗੇ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ: ਮੇਰੇ ਅੱਜ ਕੀਤੇ ਫੈਸਲੇ ਦਾ ਇੱਕ ਸਾਲ, ਦਸ ਜਾਂ ਵੀਹ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਨਤੀਜਾ ਨਿਕਲੇਗਾ? ਮੇਰੇ ਜ਼ਜ਼ਬਾਤਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਉੱਤੇ ਕੀ ਅਸਰ ਪਵੇਗਾ? ਮੇਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੈਂ ਪਰਵਾਹ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਕੀ ਅਸਰ ਪਵੇਗਾ?

2. **ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਖੁਦ ਕਰੋ:** ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਖੁਦ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਰੀਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਜੇ ਸਾਰੇ ਇੱਕ ਰਾਹ ਤੇ ਚੱਲਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਸਹੀ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਸ਼ਰਨਜੀਤ ਦੀ

ਮਿਸਾਲ ਤੇ ਗੌਰ ਕਰੋ। ਉਹ ਦੱਸਦੀ ਹੈ : ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੇਰਾ ਵਿਆਹ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਸੁੱਖੀ ਵਿਆਹੁਤਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀਵਾਂ। ਪਰ ਜਿੱਦਾਂ ਦੀ ਮੈਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀ ਰਹੀ ਸੀ, ਉਸ ਤੋਂ ਮੈਂ ਦੇਖ ਸਕਦੀ ਸੀ ਕਿ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ। ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ਼, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਮੇਰੇ ਸਾਰੇ ਦੋਸਤ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਸਨ। ਪਰ ਉਹ ਇੱਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਬੁਰੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਦੇ ਰਹੇ। ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਵੇਂ ਤੋਂ ਨਵੇਂ ਮਰਦ-ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਔਰਤ ਦੋਸਤ ਰੱਖਦੇ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਂਗ ਮੇਰੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਰਦ ਦੋਸਤ ਸਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਰਕੇ ਮੈਨੂੰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ।

ਮੈਨੂੰ ਬੜੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਇਹ "ਪਿਆਰ ਪੂਆਰ" ਸਿਰਫ ਕਾਮ-ਵਾਸਨਾ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਗੇੜੇ ਕੱਢ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮਰਦ-ਜ਼ਾਤ ਆਪਣੀ ਹਵਸ ਪੂਰੀ ਕਰਕੇ, ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕੁੜੀ/ਔਰਤ ਵੱਲ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਦੇਸੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮਰਦ ਨੂੰ ਤਾਂ ਇਹ ਕਰਤੂਤਾਂ ਕਰਕੇ ਬਖ਼ਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਸ਼ੁਗਲ ਮੇਲਿਆਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਕੁੜੀ/ਔਰਤ ਨੂੰ ਭੁਗਤਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਬਦਨਾਮੀ ਸਿਰਫ ਕੁੜੀ/ਔਰਤ ਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਸਗੋਂ, ਇਹਦਾ ਅਸਰ ਬਾਕੀ ਭੈਣ ਭਰਾਵਾਂ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਮਾਂ ਬਾਪ ਤੇ ਵੀ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਮਾੜੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਬਿਜਲਈ ਤਰੰਗਾਂ ਵਾਂਗ ਦੇਸ਼ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਟੱਲੀਆਂ ਖੜਕਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁੜੀਆਂ ਆਪਣੀ ਪੜਾਈ ਨਹੀਂ ਪੂਰੀ ਸਕਦੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹ ਕਈ ਵਾਰ ਗੈਂਗਜ਼ ਅਤੇ ਡਰੱਗਜ਼ ਦੇ ਚੱਕਰਵਿਊ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਖੀਰ ਦੇਹ-ਵਿਉਪਾਰ ਵਿੱਚ ਪੈ ਕੇ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਲਾਮਤ ਲੁਆ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਤਾਰ ਤਾਰ ਕਰ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮੈਂ ਜਦ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖੁਸ਼ ਜੋੜਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰ ਹੈ ਤਾਂ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਕੁੱਝ ਵੀ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਮੇਰੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਜੀਉਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਸੋਖਾ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਫਿਰ ਵੀ ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਕੀਤਾ। ਨਤੀਜਾ ਕੀ ਨਿਕਲਿਆ? ਮੈਂ ਅਜਿਹੇ ਇਨਸਾਨ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ ਜਿਸ ਦੇ ਚੰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਕਰਕੇ ਮੈਂ ਉਸ ਵੱਲ ਖਿੱਚੀ ਜਾਵਾਂ। ਸਮੇਂ ਦੇ ਬੀਤਣ ਨਾਲ ਮੈਂ ਅਜਿਹੇ ਆਦਮੀ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਫੈਸਲੇ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਇੰਨੀ ਵਧੀਆ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਿੱਤੀ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਕਦੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖਿਆ ਸੀ।

ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਕੁੱਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸਮੁੰਦਰੀ ਜਹਾਜ਼ ਟਾਈਟੈਨਿਕ ਸੀ। ਟਾਈਟੈਨਿਕ ਦੇ ਵਧੀਆ ਡਿਜ਼ਾਇਨ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਜਹਾਜ਼ "ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਡੁੱਬ ਸਕਦਾ।" ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ। 1912 ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਸਫ਼ਰ ਤੇ ਇਹ ਜਹਾਜ਼ ਬਰਫ ਨਾਲ ਟਕਰਾ ਕੇ ਡੁੱਬ ਗਿਆ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਕੁੱਲ 1500 ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਗਈਆਂ। ਜਿਸ ਜਹਾਜ਼ ਬਾਰੇ ਸਾਰੇ

ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਡੁੱਬਣਾ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੈ। ਇਹ ਜਹਾਜ਼ ਕੁੱਝ ਹੀ ਘੰਟਿਆ ਵਿੱਚ ਮਹਾਂਸਾਗਰ ਦੇ ਪਾਣੀਆਂ ਹੇਠ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਗਾਇਬ ਹੋ ਗਿਆ।

ਅਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਸੋਚੀਏ ਕਿ ਕਈ ਕਾਰਨਾ ਕਰਕੇ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨੀ ਸਾਡੇ ਲਈ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੋਵੇ। ਅੱਜ ਦੇ ਕੀਤੇ ਕਈ ਤਕਨਾਲੋਜ਼ੀਕਲ ਕੰਮ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਤੇ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਜਾਪਦੇ ਸਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਵੇਲੇ ਉਹ ਕੰਮ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਕਾਬਲੀਅਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸਨ। ਕੁੱਝ 50 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਲੋਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਸਮਝਦੇ ਸਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦਾ ਚੰਦ ਤਦ ਪਹੁੰਚਣਾ ਮੰਗਲ ਗ੍ਰਹਿ ਤਕ ਰੋਬੇਟ ਪਹੁੰਚਾ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਕਰਨਾ, ਡੀ. ਐਨ. ਏ. ਨੂੰ ਸਮਝਣਾਂ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਵਾਪਰੀ ਕੋਈ ਘਟਨਾ ਦੇਖਣੀ। ਪਰ ਹੁਣ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਆਮ ਹਨ। ਜਦ ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬੈਠੇ ਇਨਸਾਨ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੀ ਕਾਢ ਕੱਢਣ ਵਾਲੇ ਸਾਇੰਸਦਾਨ ਗਰਾਹਮ ਬੈੱਲ ਨੂੰ ਅਸੀਸਾਂ ਦੇ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਇੰਸਦਾਨਾਂ ਨੇ ਇਨ੍ਹੀ ਤਰੱਕੀ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕੱਲ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਸਨ ਉਹ ਅੱਜ ਆਮ ਬਣ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਜ ਟੈਲੀਫੋਨ ਵਿੱਚ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਕਰਕੇ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਸਾਡੀ ਮੁੱਠੀ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮੁਮਕਿਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਿਹਲੜ ਸਾਧਾਂ ਬਾਬਿਆਂ, ਗੁਰੂਆਂ, ਪੀਰਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਇੱਕ ਮਾਸਾ ਵੀ ਯੋਗਦਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਅੱਜ ਦੀਆਂ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਤਰੱਕੀਆਂ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਜੋਨ ਬਰੋਬੈਕ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਸਾਇੰਸਦਾਨ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਕਹਿਣਾ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਹ ਇਹੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ। ਪਰ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਪੂਰਾ ਗਿਆਨ ਨਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਸ਼ਾਇਦ ਇੱਕ ਇਨਸਾਨ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। 'ਦਾ ਨਿਊ ਐਨਸਾਈਕਲੋਪੀਡੀਆ ਬ੍ਰਿਟੈਨਿਕਾ' ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ : ਉਹ ਸਮਾਂ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਹੁਣ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਾ ਸਮਾਂ ਜੀ ਪਾਵਾਂਗੇ, ਸ਼ਾਇਦ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ।" ਸਾਇੰਸਦਾਨ ਹੁਣ ਉਹਨਾਂ ਜੀਨਜ਼ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਬੁੱਢਿਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕਈ ਮਾਂ ਬਾਪ ਨੂੰ ਇਹ ਬੜਾ ਫਿਕਰ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਪੜ੍ਹ ਲਿਖ ਗਏ ਹਨ ਪਰ ਵਿਆਹ ਨਹੀਂ ਕਰਾ ਰਹੇ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਮਝ ਨਾਲ ਜੀਉਣ ਦਿਉ। ਸਾਡੇ ਮਾਂ ਬਾਪ, ਦਾਦੇ ਪੜਦਾਦੇ ਅੱਜ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਫਿਕਰ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਉਂ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਤਬਦੀਲੀ ਕੁਦਰਤੀ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਆਉਂਦੀਆਂ ਰਹਿਣਗੀਆਂ ਵੀ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਨੈਤਿਕ

ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਜ ਬਰਤਾਨਵੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਆਹ ਕਰਾਉਣਾ, ਨਾ ਕਰਾਉਣਾ, ਸਮਲਿੰਗੀ-ਵਿਆਹ, ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿਣਾ, ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਹੋ ਜਾਣਾ, ਤਲਾਕ ਹੋ ਜਾਣਾ, ਦੋਵੇਂ ਪਾਸੇ ਬੱਚੇ ਹੋ ਜਾਣ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਸਮੇਤ ਵਿਆਹ ਕਰਾਉਣਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਕੋਈ, ਵਾਵੇਲਾ ਨਹੀਂ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰਦੇ। ਸਿਰਫ ਸਾਡੀਆਂ ਜਗੀਰੂ ਰਸਮਾਂ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਨਾ ਬਦਲਦੀ ਸੋਚ ਸਾਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਅੱਜ ਵੀ ਜ਼ਾਤਾਂ-ਪਾਤਾਂ, ਧਰਮਾਂ ਅਤੇ ਪਿਛਾਂਹ ਖਿੱਚੂ ਵੇਲਾ ਵਿਆਹ, ਚੁੱਕੀਆਂ ਰਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਪੰਡਾਂ ਸਿਰ ਤੇ ਚੁੱਕੀ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਔਲਾਦ ਦੇ ਸਿਰ ਥੋਪਣ ਦਾ ਸਿਰਤੋੜ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਹਦਾ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਔਲਾਦ ਵੀ ਗੁਆ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਪੱਕੇ ਮਰੀਜ਼ ਬਣਾ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ। ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਸਮਰੱਥ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਹੀ ਸੁਨਿਹਰਾ ਭਵਿੱਖ ਸਿਰਜਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਖੇੜਿਆਂ ਵਾਲਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਬਿਲਕੁਲ ਪਰਵਾਹ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿ ਫਲਾਣਾਂ ਕੀ ਕਹੇਗਾ? ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਤੰਗੀ ਤੁਰਸ਼ੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਘੋਰ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਤ ਪੁੱਛਣ ਅਤੇ ਆਸਰਾ ਦੇਣ ਕੌਣ ਆਇਆ ਸੀ? ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਕਿਉਂ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ?

3. ਦੂਰ ਦੀ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਟੀਚੇ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ :

ਅੱਜ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕੁੱਝ ਕਰੋਗੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾ ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਸਿਰਫ 70 ਜਾਂ 80 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੀਆਂ ਮਨ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਦੇਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਰਹੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਦੂਰ ਦੀ ਸੋਚਾਂਗੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸੁਨਹਿਰਾ ਭਵਿੱਖ ਸਾਡਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਇਹ ਬਰਕਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਹਿਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਘੋਖਣ ਦੀ ਅਤੇ ਪੂਰਨ ਗਿਆਨ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਪੂਰਾ ਭਰੋਸਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਆਪਾ-ਭਰੋਸੇ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਤਾਕਤ ਮਿਲੇਗੀ।

ਆਪਾਂ "ਸੋਹਣ" ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਤੇ ਗੌਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਉਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ: "ਜਦੋਂ ਮੈਂ 12 ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਸੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣੀ ਅਤੇ ਡਰੱਗਜ਼ ਲੈਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਗੈਂਗ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਸੀ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਸੀ ਕਿ ਮੈਂ 30 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮਰ ਜਾਵਾਂਗਾ। ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਗੁੱਸਾ ਅਤੇ ਖਿੱਝ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਮੈਂ

ਕਈ ਵਾਰ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ। ਮੇਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਹਨ੍ਹੇਰ ਭਰੀ ਸੀ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਪਾਸਿਓਂ ਵੀ ਉਮੀਦ ਦੀ ਕਿਰਨ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆ ਰਹੀਂ ਸੀ।"

ਜਦੋਂ "ਸੋਹਣ" ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਗਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਵਾਸਤਾ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਲੜਕੇ ਨਾਲ ਪੈ ਗਿਆ। ਮੈਂ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਉਹਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਮਝਣ ਲੱਗਾ ਅਤੇ ਉਹਦੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਮਿਲਣ ਲੱਗੀ। ਮੈਨੂੰ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਇਆ ਕਿ ਹਾਲੇ ਵੀ ਮੇਰੇ ਗੈਂਗ ਮੈਂਬਰ ਮੇਰੇ ਤੇ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਪਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਾਂਗ ਸਨ, ਫਿਰ ਵੀ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਹਰ ਨਾਤਾ ਤੋੜ ਲਿਆ।

"ਸੋਹਣ" ਨੇ ਆਪਣੇ ਲਈ ਛੋਟੇ ਟੀਚੇ ਰੱਖੇ ਜਿਸ ਦੀ ਮੱਦਦ ਨਾਲ ਉਹ ਵੱਡੇ ਟੀਚੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਿਆ। ਉਹਨੇ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਮਾੜੀ ਆਦਤ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਟੀਫਨ ਕੋਈ ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ : 'ਸੇਵਨ ਹੇਬਟਸ ਔਫ ਹਾਈਲੀ ਈਫੈਕਟਵ ਪੀਪਲ' ਵਿੱਚ ਲਿਖਦਾ ਹੈ ਕਿ : ਬਦਲਾਅ ਲਈ ਤਿੰਨ ਗੱਲਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ : **ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ? ਕਿਵੇ ਕਰਨਾ ਹੈ? ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।** ਕੀ ਕਰਨਾਂ ਹੈ? ਵਿੱਚ ਗਿਆਨ ਦਾ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ? ਵਿੱਚ ਢੰਗ ਤਰੀਕਾ ਕਿਹੜਾ ਵਰਤਣਾ ਹੈ। ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਵਿੱਚ ਪੱਕਾ ਇਰਾਦਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਆਦਤ ਦੇ ਬਦਲਾਅ ਲਈ ਇਹ ਤਿੰਨੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਦਿਨਾਂ, ਮਹੀਨਿਆਂ ਅਤੇ ਸਾਲਾਂ ਬੱਧੀ ਇੱਕ ਆਦਤ ਨੂੰ ਪੱਕਿਆਂ ਠੱਕਿਆਂ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਸ ਸੁੱਖ ਆਰਾਮ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲਈ ਤਰੱਦਦ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਸਖਤ ਕਰਨਾਂ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਆਦਤ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਰੌਕਟ ਦੇ ਜ਼ਮੀਨ ਤੋਂ ਅਤੇ ਫਿਰ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਗੁਰੂਅਤਾ ਖਿੱਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਾਂਗ ਹੈ। ਰੌਕਟ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ ਤੋਂ ਉੱਠਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸ਼ਕਤੀ ਲਾਉਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਹੋਰ ਸ਼ਕਤੀ ਉਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਲਾਉਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜਦ ਉਹਨੇ ਧਰਤੀ ਦੀ ਗੁਰੂਅਤਾ ਖਿੱਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੱਸ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰੌਕਟ ਆਪਣੀ ਇਕਸਾਰ ਚਾਲੇ ਘੱਟ ਸ਼ਕਤੀ ਲਾਇਆ ਤੁਰਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਸਾਡੀ ਬਦਲਾਅ ਵਾਲੀ ਆਦਤ ਦੀ ਹਾਲਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਲਿਖੋ ਕਿ ਆਪਣੇ ਵੱਡੇ ਟੀਚਿਆਂ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਟੀਚੇ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਿਰਫ ਉਹਨਾਂ ਸੁਹਿਰਦ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਆਪਣੇ ਟੀਚੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਦਿਲੋਂ ਮੱਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਤਰੱਕੀ ਤੇ ਨਿਗਾਹ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵੀ ਕਹੋ।

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਹਾਵਤ ਹੈ: ਸਲੋਅ ਐਂਡ ਸਟੈਡੀ ਵਿਨਜ਼ ਦਾ ਰੇਸ, ਬੱਸ ਸ਼ਾਤ ਮਨ ਨਾਲ ਇਕਸਾਰ ਆਪਣੇ ਟੀਚੇ ਵੱਲ ਵੱਧਦੇ ਜਾਉ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੋਜਾਂ ਨੇ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਤ ਸੁਭਾਅ ਹੋਣਾ, ਚੰਗੇ ਦੋਸਤ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ

ਖੁਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਵਾਲੇ ਹੋਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। 'ਦ ਜਰਨਲ ਆਫ ਦੀ ਅਮੈਰੀਕਨ ਮੈਡੀਕਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਰਿਪੋਰਟ' ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਹੈ: "ਜਿਹੜੇ ਇਨਸਾਨ ਗੁੱਸੇ ਨਾਲ ਭੜਕ ਉੱਠਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਆਦਮੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਦੋ ਗੁਣਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਗੁੱਸੇ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।" ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਦਸ ਸਾਲਾਂ ਤਾਂਈ ਕੀਤੀ ਖੋਜ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾ-ਮਿੱਤਰਾਂ ਅਤੇ ਹਮਰਾਜ਼ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ-ਜੋਲ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਭੋਗਦੇ ਹਨ। 2008 ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਖੋਜਕਾਰਾਂ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਕਿ "ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਪੈਸੇ ਖਰਚਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਦੂਜਿਆਂ ਉੱਤੇ ਪੈਸੇ ਖਰਚਣ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।" ਸੁਨਹਿਰੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਕੁੱਝ ਗੁਣ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਫਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਕੀ ਹੈ?

ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ ਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇੰਨੇ ਰੁੱਝੇ ਹੋਏ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਕਿੱਧਰ ਨੂੰ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਕਿੱਧਰ ਨੂੰ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ? ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਨਤੀਜਾ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? ਤੁਹਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ ਕੀ ਹੈ?

ਹੇਠਾਂ ਦੱਸੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ? ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ ਤੇ ਨੰਬਰ ਇੱਕ ਲਗਾਓ ਫਿਰ ਦੂਸਰੀ ਚੀਜ਼ ਤੇ ਨੰਬਰ-ਦੋ ਲਗਾਓ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਦਰਜਬੰਦੀ ਕਰੋ। ਫਿਰ ਦੇਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਹਿਮੀਅਤ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ।

- ਮਨੋਰੰਜਨ
- ਨੌਕਰੀ ਪੇਸ਼ਾ
- ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ
- ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ੀ
- ਜੀਵਨ-ਸਾਥੀ
- ਮਾਪੇ
- ਬੱਚੇ
- ਸੋਹਣਾ ਘਰ ਅਤੇ ਸੋਹਣੇ ਕਪੜੇ
- ਹਰੇਕ ਕੰਮ ਵਿੱਚ "ਨੰਬਰ ਇੱਕ" ਬਣਨਾ
- ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ

ਆਉ ਹੁਣ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਗੌਰ ਕਰੀਏ।

ਮਨੋਰੰਜਨ:-ਮੇਰੇ ਲਈ ਮਨੋਰੰਜਨ ਕਿੰਨਾਂ ਕੁ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ? ਕੀ ਇਸ ਤੋਂ ਮੈਨੂੰ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕੀ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੈਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਪਸੰਦ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਮੇਰੀ ਜਾਨ ਜੋਖ਼ਮ ਵਿੱਚ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ? ਕੀ ਕਦੇ ਅਸੀਂ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਪਲ ਭਰ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਕਾਰਨ ਸ਼ਾਇਦ ਜਿੰਦਗੀ ਭਰ ਦੁੱਖ ਝੱਲਣਾਂ ਪਵੇ। ਸ਼ਾਇਦ ਮੈਨੂੰ ਕੋਈ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਮੇਰਾ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕੁ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਮੇਰਾ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਮਨੋਰੰਜਨ ਜਾਂ ਐਸ਼ੋ-ਆਰਾਮ ਵਿੱਚ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਬਚਦਾ?

ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ : ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਮੇਰਾ ਕੀ ਖਿਆਲ

ਹੈ? ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਲਾਪਰਵਾਹ ਹਾਂ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਉਤੇ ਬੋਝ ਪੈਂਦਾ ਹੈ? ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ, ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਇੰਨ੍ਹੀ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਸਿਵਾਇ ਹੋਰ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਸੁੱਝਦੀ। ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਧਨ, ਦੌਲਤ ਕਮਾਉਣ ਅਤੇ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਕਮਾਉਣ ਅਤੇ ਮਾਨਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਨੂੰਨ ਵੀ ਤਾਂ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਧਨ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਸਿਹਤ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ ਪਰ ਵਧੀਆ ਸਿਹਤ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਧਨ ਕਮਾਉਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ੀ : ਕੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਆਪਣੀ ਹੀ ਖੁਸ਼ੀ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਸ਼ਾਇਦ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ। ਆਪਣੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਖਾਹਿਸ਼ਾਂ ਦੀ ਦੌੜ ਕਿਤੇ ਮੈਨੂੰ ਬਾਕੀ ਜ਼ੁਮੇਵਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਲੈ ਕੇ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ? 28 ਜੂਨ 2012 ਨੂੰ ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਆਰਗੇਨਾਈਜੇਸ਼ਨ ਨੇ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਸੀ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਾਲਾ ਦਿਹਾੜਾ ਮਨਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਭਰਿਆ ਦਿਨ 20 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ 'ਚੋ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਮੁਤਾਬਿਕ ਬੀ. ਬੀ. ਸੀ. ਨੇ 20 ਮਾਰਚ 2014 ਨੂੰ ਖਬਰ ਦਿੱਤੀ ਕਿ 87 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਬਰਤਾਨਵੀ ਲੋਕ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਅਮੀਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਖੁਸ਼ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਹ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਧਨ ਦੌਲਤ, ਮਹਿਲ, ਮਾੜੀਆਂ, ਕਾਰਾਂ ਆਦਿ ਨਾਲੋਂ ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋੜ ਹੈ। ਕਈ ਗਰੀਬ ਲੋਕ ਝੁੱਗੀਆਂ ਝੌਂਪੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕਿ ਅਮੀਰਜ਼ਾਦੇ ਮਾਯੂਸੀ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗ਼ਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਰਤਾਨਵੀ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਵੱਖਰੇ-ਵੱਖਰੇ ਵਿਚਾਰ ਦਿੱਤੇ ਜਿਵੇਂ: ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੋਤੇ ਪੋਤੀਆਂ, ਦੋਹਤੇ ਦੋਹਤੀਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡ ਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਖੁਸ਼ੀ ਉਹ ਵੇਲੇ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਜਦ ਮੈਂ ਧੁੱਪ ਚੜ੍ਹੀ ਤੇ ਖਿੜੇ ਹੋਏ ਫੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦਾਂ ਅਤੇ ਪੰਛੀ ਚਹਿਚਹਾ ਰਹੇ ਹੋਣ। ਮੈਨੂੰ ਮੇਰਾ ਪਾਲਤੂ ਕੁੱਤਾ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਜਦ ਪਹਾੜਾਂ ਤੇ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਚੋਟੀ ਤੇ ਖੜ੍ਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਵਧੀਆ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣ ਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਸੋਹਣੀ ਤਸਵੀਰ ਦੇਖ ਕੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਬਾਗੋ-ਬਾਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਵਧੀਆ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਬੜਾ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਅਤੇ ਸੁੱਖੀ ਦੇਖ ਕੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਖਿੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਨੇ ਵੀ ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੇਰਾ ਘਰ, ਕਾਰ, ਜਾਂ ਬੈਂਕ ਬੈਂਲਸ ਮੈਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਇਹ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਕੋਈ ਮਾਵਾ ਖਾਣ ਨਾਲ ਮੈਂ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹਾਂ। ਅਗਰ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਸਰਵੇਖਣ ਦੇਸੀ

ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬੜੇ ਅਨੋਖੇ ਨਤੀਜੇ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ :- ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ-ਸਾਥੀ ਬਾਰੇ ਮੇਰਾ ਕੀ ਵਿਚਾਰ ਹੈ? ਕੀ ਮੈਂ ਉਸ ਨਾਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਆਦਰ ਨਾਲ ਹੀ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦਾ ਹਾਂ ਜਾਂ ਸਿਰਫ ਉਦੋਂ ਹੀ ਜਦੋਂ ਮੇਰਾ ਜੀਅ ਕਰਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਸਲੂਕ ਤੋਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇੱਕੋ ਗੱਡੀ ਦੇ ਦੋ ਪਹੀਏ ਹਾਂ। ਕੀ ਇਵੇਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਟਿੱਚ ਬਟਨਾਂ ਦੀ ਜੋੜੀ ਹਾਂ? ਜਾਂ 'ਤੇਰੀ ਮੇਰੀ ਇੱਕ ਜਿੰਦੜੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਭਾਵੇਂ ਅਸੀਂ ਦੋ'। ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਸਕੂਨ ਹੈ? ਆਪਸੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਸਾਰਥਕ ਹੈ? ਬਾਹਰੋ ਥੱਕਿਆ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋਇਆ ਇਨਸਾਨ ਘਰ ਵੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ਬਾਹਰੋਂ ਥੱਕਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋਇਆ ਇਨਸਾਨ ਘਰ ਵੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਕਿਤੇ ਘਰ ਸਾਨੂੰ ਖਾਣ ਨੂੰ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ? ਕੀ ਕਿਤੇ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਨੂੰ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਮਨ ਕਰਦਾ? ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਆਪਣੀ ਕਿੰਨ੍ਹੀ ਕੁ ਜਿੰਮੇਦਾਰੀ ਹੈ?

ਮਾਪੇ : ਮਾਪੇ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਬਦੋਲਤ ਮੈਂ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹਾਂ ਅਤੇ ਜਿਸ ਵੀ ਮੁਕਾਮ ਤੇ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ? ਕੀ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਨੂੰ ਨਿਕਾਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਦਾ ਹਾਂ? ਜਦੋਂ ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ ਕੁੱਝ ਕਰਨ ਤੋਂ ਮੈਨੂੰ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਕੰਮਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹਾਂ? ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਕੀ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਮਤਲਬ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਦਾ ਹਾਂ? ਇਹ ਕੁੱਝ ਸੁਆਲ ਹਨ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਘੋਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਬੱਚੇ : ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਸੰਸਕਾਰ ਸਿਖਾਉਂਦਾ ਹਾਂ ਜਾਂ ਮੈਂ ਇਹ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਕੰਮ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਉਸਤਾਨੀਆਂ ਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਕਿਤੇ ਮੈਂ ਇਹ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਕਿ ਇਹ ਬੱਚੇ ਮੇਰੇ ਹਨ, ਸਕੂਲ ਵਾਲਿਆਂ ਜਾਂ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨਹੀਂ। ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਜਾਗਰੂਕ ਹਾਂ? ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਮੈਂ ਕਿੰਨਾਂ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰਦਾ ਹਾਂ? ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦੋਸਤਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿੰਨ੍ਹੀਆਂ ਕੁ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਜਾਂ ਇਹ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀ. ਵੀ. ਅਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਬਿਠਾਲ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ? ਕੀ ਮੈਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਕੋਸਦਾ ਅਤੇ ਤਾੜਦਾ ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁੱਝ ਹਰਕਤਾਂ ਤੇ ਗੁੱਸਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਛੁੱਟੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਾਲੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਜਦ ਘਰ ਵਿੱਚ ਉਲਾਂਭੇ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪੈਣ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਦੀ ਬਜਾਏ ਦੋਸ਼ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਕੀ ਕਦੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਲਾਪ੍ਰਵਾਹੀ ਵੱਲ ਵੀ ਉਂਗਲ ਕੀਤੀ ਹੈ? ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਰੋਟੀ ਕੱਪੜਾ ਮਕਾਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ ਸਗੋਂ ਨਰੋਈ ਅਗਵਾਈ ਵੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਸੋਹਣਾਂ ਘਰ ਅਤੇ ਸੋਹਣੇ ਕੱਪੜੇ : ਮੇਰੇ ਲਈ ਮੇਰਾ ਪਹਿਰਾਵਾ ਅਤੇ ਮੇਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕੁ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ? ਕੀ ਇਹ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ? ਕਿਤੇ ਮੇਰੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਵੇ ਦਾ ਫਤੂਰ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਭਰਿਆ ਪਿਆ? ਸੋਹਣਾ ਘਰ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਕਪੜੇ ਮੇਰੀ ਸ਼ਖ਼ਸ਼ੀਅਤ ਨੂੰ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕੁ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਕੀ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮੇਰੇ ਵਰਤਾਵ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ? ਕਿਤੇ ਮੈਂ ਇਸ ਭੁਲੇਖੇ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਿ ਗਧੇ ਤੇ ਦੁਸ਼ਾਲਾ ਦੇਣ ਨਾਲ ਉਹ ਘੋੜਾ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ ਜਾਂ ਖੋਤੇ ਤੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਉਹ ਵਿਦਵਾਨ ਕਹਾਉਣ ਲੱਗ ਪਵੇ। ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਚੰਗਾ ਘਰ ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਕੱਪੜੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਪਰ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਸਿਰਫ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ, ਲੇਖਕਾਂ, ਚਿੰਤਕਾਂ ਅਤੇ ਸਾਇੰਸਦਾਨਾਂ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਸੋਹਣੇ ਘਰ ਨਹੀਂ ਸਨ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਡਿਜ਼ਾਈਨਰ ਕੱਪੜੇ ਹੰਢਾਏ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਲੀਹਾਂ ਪਾਈਆਂ ਸਨ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਵੱਲ ਤਵੱਜੋਂ ਦਿੰਦਿਆਂ ਬਰਬਾਦ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕੀਤਾ।

ਹਰੇਕ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ''ਨੰਬਰ'' ਬਣਨਾ : ਕੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨੰਬਰ 1 ਬਣਾ? ਜੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਮੇਰੇ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਕਰੇ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਜਲਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ਮੇਰੀ ਸੋਚ ਇੰਨ੍ਹੀ ਸੌੜੀ ਕਿਉਂ ਹੈ? ਮੈਂ ਬਾਕੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਲਾਵੇ ਵਿੱਚ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਿਹਾ? ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਕੱਲਾ ਮੈਂ ਹੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਪੈਦਾ ਹਇਆ? ਨਾਲੇ ਮੈਂ ਹਰ ਗੱਲ ਵਿੱਚ ਨਿਪੁੰਨ ਵੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਕਿਸੇ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਸ਼ਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੇਰਾ ਰੁਤਬਾ ਕਿਵੇਂ ਘੱਟ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਜਲਣ ਨਾਲ ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ ਪਰ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਮਾਨਸਿਕ ਸੰਤੁਲਨ ਜ਼ਰੂਰ ਗੁਆ ਲਵਾਂਗਾ। ਉੱਬਲਣ ਨਾਲ ਪਤੀਲੀ ਆਪਣੇ ਕੰਢੇ ਜ਼ਰੂਰ ਸਾੜੇਗੀ। ਹਾਥੀ ਆਪਣੀ ਮਸਤ ਚਾਲੇ ਚੱਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਬਾਂਦਰਾਂ ਦੀਆਂ ਟਪੂਸੀਆਂ ਅਤੇ ਕੁੱਤਿਆਂ ਦੀ ਕੜਵਾਹਟ ਉਹਦੀ ਚਾਲ ਨੂੰ ਮੱਠਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਪਾਉਂਦੀਆਂ। ਸੋਚ ਨੂੰ ਸੌੜਿਆਂ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਆਪਣਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਸੋਚ ਨਾ ਤਾਂ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਵਹਾਅ ਨੂੰ ਠੱਲ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਇਹਦਾ ਅਸਰ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਗਤੀ ਜਾਂ ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਤੇ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੋਚ ਹਵਾ ਦੇ ਰੁੱਖ ਨੂੰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਬਦਲ ਸਕਦੀ। ਆਪਣੇ ਗੁਣਾ ਅਤੇ ਔਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨਣਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਹੈ ਅਤੇ ਕਾਮਯਾਬੀ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸ਼ਾਂ ਕਰਨਾ। ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਅਕਿਹ ਖੁਸ਼ੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਉਸ ਖੁਸ਼ੀ ਨੂੰ ਵੱਡਿਆਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਖੁਸ਼-ਪਲਾਂ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਬਲ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸੱਚਾਈ ਤੋਂ ਅੱਖਾਂ ਮੀਟ ਲੈਣਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਭੁਲੇਖਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀਉਣ ਦੀ ਉਹ ਇਨਸਾਨ ਹੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸੰਤੁਲਨ ਗੁਆ ਚੁੱਕਾ ਹੋਵੇ। ਚੜ੍ਹਿਆ ਸੂਰਜ ਸਾਨੂੰ

ਆਵਾਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਮਾਰਦਾ ਫਿਰਦਾ ਕਿ ਦੇਖੋ ਮੇਰੀ ਤਪਸ਼ ਅਤੇ ਰੋਸ਼ਨੀ ਕਿੰਨ੍ਹੀ ਹੈ? ਉਹ ਆਪਣੀ ਚਾਲੇ, ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਜਤਾਉਂਦਾ ਕਿ ਮੈਂ ਨੰਬਰ ਇੱਕ ਬਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾਂ। ਉਹ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦਾ ਕਿ ਮੈਂ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਹਵਾ ਦਾ ਰੁੱਖ ਬਦਲ ਦੇਵਾਂਗਾ। ਸਾਡੀ ਹਰ ਇੱਕ ਦੀ ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨੂੰ ਉਸੇ ਜ਼ਾਬਤੇ ਵਿੱਚ ਸਵੀਕਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ: ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਲਾਵੇ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਹੀ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਗਰ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੇ ਭਲੇ ਦਾ ਜ਼ਜ਼ਬਾ ਠਾਠਾਂ ਮਾਰਦਾ ਹੋਵੇ। ਇਹਦਾ ਸਬੂਤ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਕੇ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਾਡਾ ਆਪਣਾ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਦੇ ਹਿੱਸੇਦਾਰ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਇਹ ਪਿਆਰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ/ ਸਾਥਣ ਲਈ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹਦਾ ਮਾਣ ਰੱਖਣਾ, ਉਹਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਜ਼ਬਾਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ, ਪਿਆਰ ਦੇ ਇਜ਼ਹਾਰ ਦੇ ਸਬੂਤ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਸਾਥੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਪਿਆਰ ਭੈਣ-ਭਰਾਵਾਂ ਵੱਲ ਵਧਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਸਾਥੀ/ ਸਾਥਣ ਗਲਤੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਭੈਣ-ਭਰਾ ਵੀ ਛੋਟੀਆਂ-ਮੋਟੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ, ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰੇਗੀ ਪਰ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੇਂਟ ਅਤੇ ਪਲਸਤਰ ਛੋਟੀਆਂ-ਮੋਟੀਆਂ ਤਰੇੜਾਂ ਨੂੰ ਢੱਕ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡਾ ਲੋਕਾਇਤਾ ਲਈ ਪਿਆਰ ਉਹਨਾ ਦੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਤੇ ਪਰਦਾ ਪਾ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਸੇ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਨੂੰ ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਆਸ-ਪਾਸ ਰਹਿੰਦੇ ਲੋਕਾਂ, ਫਿਰ ਸੂਬੇ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਬਾਕੀ ਦੇਸ਼ਾ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਖੂਬਸ਼ੂਰਤ ਬਣਾਏਗੀ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਭਰੇ-ਭਰੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਾਂਗੇ।

ਜਿੰਦਗੀ ਦੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਦੀ ਭਾਲ ਇਸੇ ਵਿਚੇ ਹੀ ਲੁਕੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਮੰਨੋਰੰਜਨ, ਨੋਕਰੀ ਪੇਸ਼ਾ, ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ, ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ੀ, ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ, ਮਾਪੇ, ਬੱਚੇ, ਸੋਹਣਾ ਘਰ ਅਤੇ ਸੋਹਣੇ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਨੰਬਰ ਇੱਕ ਬਣਨਾ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਤੇ ਹਨ ਪਰ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਅਹਿਮ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਟ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਜਿੰਦਗੀ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਲਈ ਹੀ ਜੀਊਦੇ ਰਹਿਣ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ। ਇਹਦੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਦੇ ਸਿਰਹੱਦੇ ਅਸੀਮ ਹਨ। ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਸਾਇੰਸਦਾਨ, ਖੋਜੀ, ਅਤੇ ਲੋਕ ਹਿੱਤੂ ਗਿਆਨ ਦੇ ਵਣਜਾਰੇ, ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਕ ਸਨ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਬਦੌਲਤ ਆਪਾਂ ਸਾਰੇ ਅੱਜ ਸੁੱਖ ਆਰਾਮ ਮਾਣ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਅਸਲੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਨਾਕਾਮਯਾਬ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਅਗਲੀ ਵਾਰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪਰ ਨਾਕਾਮਯਾਬੀ ਤੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੁਰੀ ਗੱਲ ਕਿਹੜੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ? ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਗਲਤਫਹਿਮੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਤਰੱਕੀ ਦੀਆਂ ਪੌੜੀਆਂ ਚੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਦ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਥੱਲੇ ਹੀ ਥੱਲੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਦ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਦ ਤੱਕ ਸ਼ਾਇਦ ਬਹੁਤ ਦੇਰ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ਇੱਕ ਵਾਰ ਇੱਕ ਸਿਆਣੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੀ ਫਾਇਦਾ ਜੇ ਇਨਸਾਨ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਖੱਟ ਲਵੇ, ਪਰ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਗੁਆ ਬੈਠੇ। ਇਹ ਗੱਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਬਿਲਕੁਲ ਢੁਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਪਲ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਕਮਾਉਣ ਅਤੇ ਐਂਵੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣ ਦੀ ਵੱਡੀ ਗਲਤਫਹਿਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪੇਸ਼ੇ ਯਾਨਿ ਕੈਰੀਅਰ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਸਲਾਹਕਾਰ ਟੌਮ ਡੈਨਹਮ ਲਿਖਦਾ ਹੈ: "ਹਰ ਵੇਲੇ ਤਰੱਕੀ ਲੈਣ, ਹੋਰ ਪੈਸੇ ਕਮਾਉਣ ਜਾਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚੀ ਜਾਣ ਨਾਲ ਮਨ ਨੂੰ ਕਦੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪੈਸਾ ਹੋਣਾ ਹੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੋਚਣਾ ਮੂਰਖਤਾਈ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਬੀਤਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਹੀ ਲੱਗੇਗੀ।"

ਅੱਜ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਇਸ ਗੱਲ ਨਾਲ ਜ਼ਰੂਰ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਗੇ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਰਵੇਖਣ ਦੌਰਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਜੋ ਲਿਸਟ ਬਣਾਈ ਗਈ, ਉਸ ਵਿੱਚ 22 ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ, "ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪੈਸਾ ਹੋਣਾ" 20ਵੇਂ ਨੰਬਰ ਤੇ ਆਇਆ। ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ, ਚੰਗੇ ਰਿਸ਼ਤੇ-ਨਾਤਿਆਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਮਨ-ਪਸੰਦ ਨੌਕਰੀ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੱਤੀ।

ਇਸ ਤੋਂ ਸਾਫ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਹੀ ਮਾਅਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੌਣ ਕਾਮਯਾਬ ਹੈ ਅਤੇ ਕੌਣ ਨਹੀਂ। ਪਰ ਕਾਮਯਾਬੀ

ਬਾਰੇ ਸਹੀ ਨਜ਼ਰੀਏ ਮੁਤਾਬਿਕ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣੇ ਔਖੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਆਉ ਕੁੱਝ ਮਿਸਾਲਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਨਿਤਾਰੀਏ: ਅਮਰ ਦਾ ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਹੈ। ਉਹ ਇਮਾਨਦਾਰ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤੀ ਹੈ। ਉਹ ਹਰ ਇੱਕ ਨਾਲ ਆਦਰ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਚੰਗਾ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਹ ਅਤੇ ਉਹਦਾ ਪਰਿਵਾਰ ਆਰਾਮ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਗੁਜ਼ਾਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਨਵਕਰਨ ਦਾ ਵੀ ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਹੈ ਪਰ ਉਹ ਅਮਰ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੈਸੇ ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਅੱਗੇ ਵੱਧਣ ਦੀ ਦੌੜ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਕੰਮ ਤੋਂ ਸਿਵਾਇ ਹੋਰ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਸੁੱਝਦਾ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਈ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।

ਜਸਮੀਤ ਇੱਕ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲੇ ਪੜ੍ਹਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਬੜਾ ਸ਼ੌਕ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਬੜੀ ਲਗਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਈ-ਲਿਖਾਈ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਸ ਦੇ ਵਧੀਆ ਨੰਬਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਈਸ਼ਾ, ਜਸਮੀਤ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੰਬਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦਾ ਨਾ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਉਹ ਪੇਪਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨਕਲ ਮਾਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਿਲਚਸਪੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਨਵਕਰਨ ਅਤੇ ਈਸ਼ਾ ਜਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਾਰੇ ਜਣਿਆਂ ਨੇ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਜੋ ਵੀ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਕਰਕੇ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣ, ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਕਾਮਯਾਬੀ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਚੰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਅਸੂਲਾਂ ਕਾਰਨ ਉਸ ਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬ ਕਹੋ। ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਅਮਰ ਅਤੇ ਜਸਮੀਤ ਕਾਮਯਾਬ ਹਨ। ਇਹ ਸਿੱਟਾ ਕੱਢਣਾ ਸਹੀ ਵੀ ਤਾਂ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਸ ਨੂੰ ਅਗਾਂਹ ਤੋਰ ਕੇ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ: ਕਿਸ ਗੱਲ ਵਿੱਚ ਜਸਮੀਤ ਦਾ ਭਲਾ ਹੈ? ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੰਬਰ ਲਵੇ ਜਾਂ ਉਹ ਨਵੀਆਂ-ਨਵੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਸ਼ੌਕ ਰੱਖੇ? ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਅਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵਧੀਆ ਹੈ? ਇਹ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਡੈਡੀ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰੇ?

ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਸਾਫ਼ ਨਿਚੋੜ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਉੱਚੇ ਅਸੂਲਾਂ ਉੱਤੇ ਚੱਲਦਾ ਹੈ, ਨਾਂ ਕਿ ਜਿਸ ਕੋਲ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਜਾਂ ਰੁਤਬਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਯਾਦ ਹੈ ਮੇਰਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੋ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਡਿਗਰੀ ਕੋਰਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ ਹਰ ਵਾਰ ਵਧੀਆ ਅਸਾਈਨਮੈਂਟ ਜਾਂ ਲੇਖ ਲਿਖਕੇ ਭੇਜਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਮੈਂ ਉਹਨੂੰ 85 ਤੋਂ 90 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤਕ ਅੰਕ ਦਿੰਦਾ ਸਾਂ। ਪਰ ਜਦ ਇਮਤਿਹਾਨ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਉਹ ਫੇਲ੍ਹ ਸੀ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਤਪਤੀਸ਼ ਕਰਨ ਤੇ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਲੇਖ ਲਿਖਵਾਕੇ ਮੈਨੂੰ ਭੇਜਦਾ ਸੀ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਲੇਖ ਵੀ ਬੜੇ ਉੱਚ ਪਾਏ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਮੈਂ ਉਹਨੂੰ 90 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅੰਕ ਵੀ ਦਿੰਦਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਪਰ ਤੀਜੇ ਲੇਖ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਹੈਡਕੁਆਟਰ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਇਤਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਉਹ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੋਂ ਨਕਲ ਮਾਰਕੇ ਲੇਖ ਲਿਖਦਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਇਹਨਾਂ ਦੋਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਚੋਂ ਫਿਰ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਾਮਯਾਬੀ ਬਾਰੇ ਸਹੀ ਨਜ਼ਰੀਆਂ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਿਰਫ ਕੁੱਝ ਲੋਕ ਹੀ ਕਾਮਯਾਬ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਨਾ ਹੀ ਉਹ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਖੰਭ ਲਾਉਗੇ ਤਾਂ ਉਹ ਇੱਕ ਦਿਨ ਜ਼ਰੂਰ ਪੂਰੇ ਹੋਣਗੇ। ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਗੱਲ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਘੋਲ ਕੇ ਪਿਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਪਨੇ ਸਾਕਾਰ ਹੋ ਜਾਣਗੇ, ਪਰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਮਾਯੂਸੀ ਦਾ ਮੂੰਹ ਦੇਖਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਕੀਕਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅਸਲੀ, ਕਾਮਯਾਬੀ ਕੋਈ ਵੀ ਨਾ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਦ੍ਰਿੜ ਨਿਸ਼ਚਾ ਅਤੇ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਿਆਣਿਆਂ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ: ਉਹ ਜੋ ਚਾਂਦੀ ਨੂੰ ਲੋਚਦਾ ਹੈ, ਚਾਂਦੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰੱਜੇਗਾ ਅਤੇ ਜਿਹੜਾ ਧਨ ਦੇ ਅੰਬਾਰਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਧਨ ਹਾਸਲ ਕਰਕੇ ਵੀ ਹੋਰ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਵਿੱਚ ਪਿਆ ਰਹੇਗਾ।

ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪਿੱਛੇ ਭੱਜਣ ਨਾਲ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ, ਸਗੋਂ ਨੁਕਸਾਨ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ : ਸੁਆਰਥੀ ਲੋਕ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ SELFISH PEOPLE) ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰ ਜੀਨ ਐੱਮ. ਟਵਿੰਗੀ ਲਿਖਦੀ ਹੈ : "ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਰੁਪਏ-ਪੈਸੇ ਮਗਰ ਭੱਜਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫਿਕਰਾਂ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।" ਉਹ ਅੱਗੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ : "ਖੋਜਕਾਰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਇਸ ਸਿੱਟੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੇ ਹਨ ਕਿ ਪੈਸੇ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਖਰੀਦੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਤੋਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਜਿੰਨੇ ਪੈਸੇ ਹਨ। ਉਸ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲੇਗੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੈਸਾ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਗਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਰ ਵਧੇਗੀ।"

ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਇ, ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੱਚੀ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲੇ। ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆ, ਅੱਖਾਂ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਰੱਖਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਾਲਚ ਤੋਂ ਖਬਰਦਾਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਇਨਸਾਨ ਕੋਲ ਜਿੰਨੀਆਂ ਮਰਜ਼ੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋਣ, ਪਰ ਉਸਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ।

ਵੱਡਾ ਨਾਂ (ਨਾਮ) ਕਮਾਉਣ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਅਤੇ ਘਮੰਡੀ ਹੋਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ

ਅਸਲੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਗੀ। ਦਰਅਸਲ, "ਗੁੱਡ ਟੂ ਗ੍ਰੇਟ" ਨਾਂ ਦੀ ਕਿਤਾਬ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹਨਾਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਕਾਮਯਾਬ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹ "ਨਿਮਰ ਸੁਭਾਅ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਖਿੱਚਦੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਉਲਟ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਦੋ-ਤਿਹਾਈ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰਾਂ ਦੇ ਘਮੰਡੀ ਰਵੱਈਏ ਕਾਰਨ ਜਾਂ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਡੁੱਬ ਗਈਆਂ ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵਧੀਆਂ ਨਹੀਂ ਚੱਲਦੀਆਂ।" ਇਸ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਨੂੰ ਇਹ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਨਾਕਾਮਯਾਬੀ ਮਿਲੇਗੀ।

ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ੋਹਰਤ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਇ ਨਿਮਰਤਾ ਦਾ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇ ਕੋਈ ਕੁੱਝ ਨਾ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਸਮਝੇ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਗੁਰੂ ਜੀ ਦਾ ਵੀ ਫਰਮਾਨ ਹੈ ਕਿ: ਮਿੱਠਤ ਨੀਵੀਂ ਨਾਨਕਾ ਗੁਣ ਚੰਗਿਆਈਆਂ ਤੱਤ।

ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਨਸਾਨ ਲਈ ਇਸ ਨਾਲੋਂ ਹੋਰ ਕੁੱਝ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਜੇਕਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਜੀ ਲਾ ਕੇ ਰੱਖੇ। ਮਤਲਬ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਹੋਰ ਵੀ ਮਜ਼ਾ ਆਵੇਗਾ। ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ-"ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਖਾਓ"- ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰ ਮੈਡਲਿਨ ਲਵਾਇਨ ਲਿਖਦੀ ਹੈ: "ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣ ਲਈ ਕੋਈ ਕੰਮ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਪਰ ਕੋਈ ਕੰਮ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਉਸ ਕੰਮ ਨੂੰ ਲਗਨ ਨਾਲ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।" ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਆਉਣ 'ਤੇ ਹਿੰਮਤ ਨਹੀਂ ਹਾਰੋਗੇ।

ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਹੁਨਰਮੰਦ ਬਣਨ ਲਈ ਮਿਹਨਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਆਉਣ 'ਤੇ ਹੌਂਸਲਾ ਨਾ ਹਾਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ (ਉਮਰ ਅਤੇ ਕਾਬਲੀਅਤ ਮੁਤਾਬਕ) ਆਪਣੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਸੁਲਝਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿਉ। ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਫਟਾਫਟ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ "ਨਿਰਭਰਤਾ" ਵੱਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਦਮ ਵੱਧਣਗੇ। ਜਦ ਬੱਚੇ ਆਪ ਆਪਣੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਹੱਲ ਕਰਨੀਆਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿਲੋਂ ਖੁਸ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਮੁਹਾਰਤ ਦਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਵੀ ਫਾਇਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਰੇ ਹੋਏ ਸ਼ੇਰ ਨਾਲੋਂ ਜੀਉਂਦਾ ਕੁੱਤਾ ਚੰਗਾ ਹੈ। ਮਤਲਬ ਕਿ ਕੰਮ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ। ਵਾਕਈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੈਰੀਅਰ ਦੇ ਉੱਚੇ ਮੁਕਾਮ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਵਿਗਾੜ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਤੁਹਾਡੀ ਇਜ਼ਤ

ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ? ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅਸਲੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਵੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣਾ ਖਿਆਲ ਆਪ ਹੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੋੜੀਂਦਾ ਅਰਾਮ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਦਾਅ 'ਤੇ ਲਾ ਕੇ 24 ਘੰਟੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਖੁੱਭੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕੀ ਇਸ ਦਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਫਾਇਦਾ ਹੋਵੇਗਾ?

ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ: ਰਾਕੇਸ਼ ਅਤੇ ਅੰਜੂ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਕੋਠੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਕਈ ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਕਾਰਾਂ ਸਨ ਅਤੇ ਉਹ ਢੇਰ ਸਾਰਾ ਪੈਸਾ ਖਰਚ ਕੇ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰ ਛੁੱਟੀਆਂ ਮਨਾਉਣ ਜਾਂਦੇ ਸਨ।

ਰਾਕੇਸ਼ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਮਿਊਜਿਕ ਇੰਡਸਟ੍ਰੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਅਕਾਂਉਟਸ ਦਾ ਵੀ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਅੰਜੂ ਨੇ ਕਾਇਰੋਪ੍ਰੈਕਟਸ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਈ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਵਾਲ ਕੱਟਣ ਦੀਆਂ ਚਾਰ ਦੁਕਾਨਾਂ ਖੋਲ੍ਹੀਆਂ। ਲੋਕ ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹਰ ਪੱਖੋਂ ਕਾਮਯਾਬ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਘੱਟ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰਨਾਂ ਪੈਂਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਕਈ ਲੋਕ ਰੱਖੇ ਸਨ। ਆਖਰਕਾਰ ਇੱਕ ਦਿਨ ਮੈਂ ਅਤੇ ਅੰਜੂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਜੋ ਵੀ ਸੀ। ਉਸ ਵਿਚੋਂ ਅਸੀਂ ਕਾਫੀ ਕੁੱਝ ਵੇਚ ਦਿੱਤਾ। ਅਸੀਂ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਂਸਲਾ ਇਸ ਕਰਕੇ ਕੀਤਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਇਆ ਕਿ ਸਹੀ ਮਾਆਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਕਾਮਯਾਬ ਨਹੀਂ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਨਵੀਆਂ ਤੋਂ ਨਵੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਦੇ ਸੀ, ਫਿਰ ਵੀ ਅਸੀਂ ਅੰਦਰੋਂ ਖੁਸ਼ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਥੋੜੇ ਹੀ ਪਲਾਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਸਾਨੂੰ ਅਸਲੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਉਸ ਵੇਲੇ ਮਿਲਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਜਦ ਅਸੀਂ ਲੋਕ ਭਲਾਈ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ ਰੁਤਬਾ ਜਾਂ ਪੈਸਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਜਿੰਨਾਂ ਸਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ, ਪਰ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣਾ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਕਸਦ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਲੋਕ ਭਲਾਈ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਦਿਲੋਂ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਅਤੇ ਇਸੇ ਨੂੰ ਹੀ ਅਸਲੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੇਇਨਸਾਫੀ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ

ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਆਮ ਹੀ ਸੁਨਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਲੋਕ ਸੁਆਰਥੀ, ਪੈਸੇ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮੀ, ਨਾ-ਸ਼ੁਕਰੇ, ਵਿਸ਼ਵਾਸਘਾਤੀ, ਨਿਰਮੋਹੇ, ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਤੇ ਰਾਜ਼ੀ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ, ਭਲਾਈ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਨਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਧੋਖੇਬਾਜ਼, ਜ਼ਿੱਦੀ ਅਤੇ ਘੁਮੰਡ ਨਾਲ ਫੁੱਲੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਔਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਕਈ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲਾਲਚ, ਪੱਖਪਾਤ, ਸਮਾਜ ਵਿਰੋਧੀ ਰਵੱਈਆਂ, ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ, ਅਮੀਰ-ਗਰੀਬ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨ-ਅਸਮਾਨ ਦਾ ਫਰਕ ਆਦਿ। ਆਉ ਆਪਾਂ ਇੰਨਾਂ ਔਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਕਰਕੇ ਦੇਖੀਏ।

ਲਾਲਚ : ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ "ਲਾਲਚ ਬੁਰੀ ਬਲਾ ਹੈ" ਪਰ ਇਸ ਕਹਾਵਤ ਤੇ ਅਸੀਂ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕੁ ਅਮਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ? ਸਗੋਂ ਇਹਦੇ ਉਲਟ ਚੱਲਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਲਾਲਚ ਕਰਨਾਂ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਪੈਸੇ ਦੇ ਲਾਲਚ ਕਰਕੇ ਲੋਕ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਧੋਖਾ-ਧੜੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵਰਤਾਰਾ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰੀਆਂ ਦੀ ਆੜ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋਸਤੀਆਂ ਹੇਠ ਵੀ। ਅਮੀਰ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਸਕੀਮਾਂ ਦੇ ਝਾਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸੋਚੇ ਸਮਝੇ ਉਧਾਰ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਦੇ ਮੰਦਵਾੜੇ ਦੇ ਹਾਲਾਤ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਦੁੱਖੀ ਕਰ ਮਾਰਿਆ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਇਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁੱਝ ਆਪ ਲਾਲਚੀ ਸਨ। ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਲੋਕ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਮਿਹਨਤੀ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ ਪੈਨਸ਼ਨਾਂ ਗੁਆ ਲਈਆਂ ਹਨ। ਜੂਆ ਖੇਡਣ ਵਾਲਾ ਕਦੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਜੂਏ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਅਤੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਰਬਾਦ ਕੀਤਾ ਹੈ ਪਰ ਬਰਤਾਨਵੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਜੂਆ ਘਰ-ਘਰ ਵਾੜ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਹਰ ਹਫਤੇ ਦੋ-ਦੋ ਲਾਟਰੀਆਂ ਨਿਕਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਗਰੀਬ ਇਨਸਾਨ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਅਮੀਰ ਬਣਨ ਦੇ ਲਾਲਚ ਕਰਕੇ ਪੈਸੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰੋੜ੍ਹਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜੂਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਵਿਉਪਾਰ ਹੈ, ਫਿਰ ਇਸ ਵਿਉਪਾਰ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਕਿਉਂ ਘਾਟਾ ਖਾਵੇਗੀ। ਸਾਡਾ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਵਿਉਪਾਰ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਲਾਲਚ-ਵਸ, ਵਿਉਪਾਰ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬਣਦੇ ਵਾਜ਼ਿਬ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਦੇਵਾਂਗੇ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਇਹ ਆਪ ਮਨਜ਼ੂਰ ਨਹੀਂ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਬੇਇਨਸਾਫੀ ਕਰੇ। ਇਸ ਪਾਪਾਂ ਨਾਲ ਕਮਾਏ ਪੈਸੇ ਦੇ ਅਖੰਡਪਾਠ, ਜਗਰਾਤੇ ਕਰਾਉਣ ਨਾਲ ਪਾਰ ਉਤਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ। ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਨਾਲ ਕਮਾਇਆ ਪੈਸਾ ਵੱਡੀਆਂ-ਵੱਡੀਆਂ ਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਘਰਾਂ ਦਾ ਦਿਖਾਵਾ ਕਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਤੀ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਹਫੜਾਦਫੜੀ ਅਤੇ ਲਾਲਚ ਸਾਡੀਆਂ ਸਿਹਤਾਂ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੇ ਪੱਕੇ ਮਰੀਜ਼ ਬਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਥੋਂ ਸਦਾ ਲਈ ਜਾਣ ਦਾ ਪੱਕਾ ਸੱਦਾ ਜਲਦੀ ਹੀ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਲਾਲਚ,

ਪਿਆਰ ਦੀਆਂ ਤੰਦਾਂ ਦਾ ਖਿਲਵਾੜ ਕਰਕੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਕਤਲ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਇਕੱਲਤਾ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਜੀਉਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਇਕੱਲਤਾ ਨਾਲ ਉਦਾਸੀ ਅਤੇ ਘੋਰ-ਉਦਾਸੀ ਵਰਗੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਲੁਆ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ।

ਪੱਖਪਾਤ : ਪੱਖਪਾਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਜਾਤ, ਰੰਗ-ਰੂਪ, ਹੈਸੀਅਤ, ਧਰਮ ਜਾਂ ਕੁੜੀ-ਮੁੰਡੇ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਫਰਕ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੱਖਪਾਤ ਏਸ਼ੀਆਈ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਰੂਪ ਦਿਖਾਲਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ, ਅਪਾਹਜ਼ਤਾ, ਬੋਲੀ, ਇਲਾਕਾ, ਪਾਸਾ, ਸ਼ਹਿਰ, ਕੱਦ-ਕਾਠ, ਇੱਕੋ ਜਾਤ ਵਿੱਚ ਗੋਤਾਂ ਦਾ ਵੱਡਾਪਣ ਅਤੇ ਛੋਟਾਪਣ ਆਦਿ। ਇਸ ਪੱਖਪਾਤ ਕਰਕੇ ਰੋਟੀ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਵਿਰਵਿਆ ਕਰਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨਾ ਕਰਨ ਦੇਣੀ, ਚੰਗੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਨਾ ਦੇਣੀਆਂ, ਨੌਕਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤਰੱਕੀ ਨਾ ਦੇਣੀ, ਕੁੱਟਣਾ-ਮਾਰਨਾ ਅਤੇ ਨਸਲ-ਕੁਸ਼ੀ ਤੱਕ ਮਿਸਾਲਾਂ ਹਨ। ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਵੀ ਇਸੇ ਲੜੀ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ-ਸੰਘ ਦੀ ਕਮੇਟੀ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਦੱਖਣੀ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਇੱਕ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਮਰ ਗਈ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਜਿਹੜੇ ਹਸਪਤਾਲ ਗਈ ਸੀ, ਉੱਥੇ ਉਸ ਨਾਲ ਪੱਖਪਾਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਗਰੀਬ ਅਤੇ ਨੀਵੀਂ ਜਾਤ ਦੀ ਸੀ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਸੈਂਕੜੇ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਨੀਵੀਂ ਜਾਤ ਅਤੇ ਗਰੀਬੀ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਹਰ ਥਾਂ ਖਿਲਵਾੜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗਰੀਬਾਂ ਅਤੇ ਅਖੌਤੀ ਨੀਵੀਂ ਜਾਤ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨਾਲ ਬਲਾਤਕਾਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਬਸਤੀਆਂ ਤਬਾਹ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਥਾਂ ਦੁਰਕਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੁਲੀਸ ਅਤੇ ਕੋਰਟ ਕਚਿਹਰੀਆਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਇਨਸਾਫ਼ ਨਹੀ ਦਿੰਦੀਆਂ। ਪੱਖਪਾਤ ਕਰਕੇ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਨਸਲੀ ਕਤਲੇਆਮ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਨਸਲ ਕੁਸ਼ੀ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਹਿਟਲਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਯਹੂਦੀਆਂ ਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਰੋਸ਼ੀਆਂ ਵਿਚਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਵੀ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹਿੰਦੂ, ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਦੰਗੇ ਕਿਸੇ ਕੋਲੋਂ ਲੁਕੀ ਹੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਚਾਹੇ ਘਟਨਾਂ ਦਿੱਲੀ-ਦੰਗਿਆਂ ਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਅਤੇ ਚਾਹੇ ਗੁਜ਼ਰਾਤ ਵਿਚਲੇ ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਤੇ ਹੋਏ ਜ਼ੁਲਮ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਹੈ ਜਾਂ ਬਾਬਰੀ ਮਸਜਿਦ ਨਾਲ ਹੋਏ ਲੜਾਈ ਝਗੜਿਆਂ ਦੀ। ਗਰੀਬੀ ਇੱਕ ਸਰਾਪ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਕਹਾਵਤ ਹੈ: ਜ਼ੋਰਾਵਰ ਦਾ ਸੱਤੀਂ ਵੀਹੀਂ ਸੌ। ਜਾਂ 'ਗਰੀਬ ਦੀ ਵਹੁਟੀ ਸਭ ਦੀ ਭਾਬੀ। ਇਹਨਾਂ ਕਹਾਵਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪੱਖਪਾਤ ਦੇ ਬੀਜ ਭਰੇ ਪਏ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਪੱਖਪਾਤ, ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਸ਼ਇਦ ਹੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ। ਕਾਲੇ-ਗੋਰੇ ਰੰਗ, ਵੱਡਾ ਲੰਬਾ-ਉੱਚਾ ਕੱਦ ਅਤੇ

ਮੱਧਰਾ-ਕੱਦ, ਮੋਟੇ-ਪਤਲੇ ਕਰਕੇ ਵਿਤਕਰਾ। ਬਹੁਤੇ ਵਿਆਹ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਕਿ ਕੁੜੀ ਜਾਂ ਮੁੰਡੇ ਦਾ ਰੰਗ ਸਾਂਵਲਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਮੋਟਾ ਜਾਂ ਮੋਟੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੇ ਸੰਗੀਤ ਵਿੱਚ ਜਾਤਾਂ-ਪਾਤਾਂ ਦੀ ਭਰਮਾਰ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਸਾਹਿਤ ਲਿਖਣ ਵਾਲੇ ਕਈ ਲੇਖਕ ਜਾਤਪਾਤ ਦੇ ਕੋਹੜ ਨੂੰ ਪੱਕਿਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਉੱਚਤਾ ਦਾ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਧਰਮਾਂ ਦੇ ਸਦਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਕੇ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ ਅੱਗ ਦੀ ਵਾਛੜ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਮੁੰਡੇ ਕੁੜੀ ਕਰਕੇ ਵਿਤਕਰਾ, ਵੱਡੀ ਅਤੇ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਕਰਕੇ ਵਿਤਕਰਾ, ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੰਗ ਕਰਕੇ ਵਿਤਕਰਾ, ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਅਪੰਗਤਾ ਕਰਕੇ ਵਿਤਕਰਾ, ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨਾਤਿਆਂ ਕਰਕੇ ਵਿਤਕਰਾ, ਵਿਧਵਾ ਅਤੇ ਵਿਆਹੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਵਿਤਕਰਾ। ਇਹ ਹਾਲ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਕੇ ਹੋਰ ਵੀ ਭਿਆਨਕ ਰੂਪ ਲੈ ਲੈਦਾ ਹੈ। ਧਰਮਾਂ, ਗੋਤਾਂ ਜਾਤਾਂ, ਕੰਮਾਂ ਕਾਰਾਂ, ਬਰਾਦਰੀਆਂ ਆਦਿ ਕਰਕੇ ਵਿਤਕਰਾ, ਮੁਹੱਲਿਆਂ ਪ੍ਰਾਤਾਂ ਅਤੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਕਰਕੇ ਵਿਤਕਰਾ। ਜਦ ਮੈਂ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਦੀ ਨਿਰਪੱਖਤਾ ਨਾਲ ਚੀਰਫਾੜ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਹੈਰਾਨਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਪਾਸੇ ਵੀ ਬਰਾਬਰਤਾ ਅਤੇ ਮਿਲਵਰਤਣ ਵਾਲਾ ਸਮਾਜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੇ ਰੰਜਸ਼ ਹੈ। ਗੁੱਸਾ ਹੈ, ਗਿਲਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਸਮਾਜ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਘੁਲ-ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਏਕਤਾ ਜਾਂ ਜਿਹਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕੋਹੀਜ਼ੁਨ (Cohesion) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਪੱਖਪਾਤ ਹੈ। ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਅਸਮਾਨਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬੇਇਨਸਾਫੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਕ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਤੀ ਰੋਹ ਹੈ। ਗੁੱਸਾ ਹੈ। ਚਿੜਚਿੜਾਪਣ ਹੈ। ਇਨਸਾਫ ਲੈਣ ਲਈ ਜੱਦੋ-ਜਹਿਦ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਆਸ਼ਾਂਤੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਨ ਹੋਵੇ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਲੱਭਣ ਲਈ ਲੋਕ ਥਾਂ-ਥਾਂ ਮੱਥੇ ਟੇਕਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ, ਟੇਵੇ ਲੁਆਉਂਦੇ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ ਅਤੇ ਬਾਬਿਆਂ ਸਾਧਾਂ ਦੇ ਚੁੰਗਲ 'ਚ ਫਸੇ ਪਏ ਹਨ। ਇਸ ਮਨ ਦੀ ਆਸ਼ਾਤੀ ਅਤੇ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀਆਂ ਦੀ ਸਾਨੂੰ ਨਿਰਪੱਖਤਾ ਅਤੇ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰਕੇ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਉਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਟੀ, ਕੱਪੜਾ, ਮਕਾਨ ਮਿਲਣ ਨਾਲ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਦਾ ਫਸਤਾ ਨਹੀਂ ਵੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਵਿੱਦਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਨਿਰਪੱਖਤਾ, ਸਾਂਝੀਵਾਲਤਾ ਅਤੇ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਜੰਮਦਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਮਰਨ ਤੱਕ ਸੁਰਖੁਰੂ ਕਰ ਸਕੇ। ਇਹਨਾਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਨਾਲ ਇਨਸਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾੜਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਨਫਰਤਾਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਪਨਪ ਕੇ ਘਣੇ ਦਰਖਤ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਗਰ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਬੀਜ ਦੀ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤਾਂ ਇਹ ਪੁੰਗਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀਆਂ। ਇਹਨਾਂ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਪੱਖਪਾਤ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਗਰੀਬੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿੱਦਿਆ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਦੇ ਬੁਖਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਰ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਗਰੀਬੀ ਸਾਡਾ

ਸਵੈਮਾਣ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਤਹਿਸ-ਨਹਿਸ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਗਰੀਬੀ ਸਾਡੀ ਹੋਂਦ ਲਈ ਖਤਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹਦੇ ਕਰਕੇ ਘਰ ਬਾਰ ਲੜਾਈ ਝਗੜੇ, ਚੋਰੀਆਂ, ਡਕੈਤੀਆਂ ਅਤੇ ਕਈ ਹੋਰ ਸਮਾਜ ਵਿਰੋਧੀ ਅਨਸਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਡਾ. ਵਿਲਕਿਨਸਨ ਅਤੇ ਡਾ. ਪਿਕਟ ਦੀ 25 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਲੰਬੀ ਚੌੜੀ ਖੋਜ ਵੀ ਇਸੇ ਸਿੱਟੇ ਤੇ ਪੁੱਜਦੀ ਹੈ ਕਿ ਗਰੀਬੀ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ।

ਸਮਾਜ-ਵਿਰੋਧੀ ਰਵੱਈਆਂ : "ਹੈਂਡਬੁੱਕ ਔਫ ਐਂਟੀਸੋਸ਼ਲ ਬੀਹੇਵੀਅਰ" ਨਾਂ ਦੀ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਹੈ : "ਸਮਾਜ-ਵਿਰੋਧੀ ਰਵੱਈਏ ਕਰਕੇ ਹਰ ਸਾਲ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਹੀ ਪਰਿਵਾਰ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਲੱਖਾ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਬਰਬਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਰਬਾਂ-ਖਰਬਾਂ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਗੁੱਸਾ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹਰ ਪਾਸੇ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਇਹ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਉਣਾ ਔਖਾ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਇਤਿਹਾਸਕਾਰ ਵੀਂਹਵੀ ਸਦੀ ਦੇ ਅਖਰੀਲੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ "ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦਾ ਯੁੱਗ" ਜਾਂ "ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਯੁੱਗ" ਨਹੀਂ, "ਸਮਾਜ-ਵਿਰੋਧੀ ਯੁੱਗ" ਕਹਿਣਗੇ-ਅਜਿਹਾ ਯੁੱਗ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੀ ਤਬਾਹ ਕੀਤਾ।" ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਕਿਤਾਬ 1997 ਵਿੱਚ ਛਾਪੀ ਗਈ ਸੀ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਰਵੱਈਏ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਆਇਆ। ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦੇਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਕਾਬਜ਼ ਸਰਕਾਰਾਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਕੁ ਲੋਕ-ਹਿਤੈਸ਼ੀ ਹਨ। ਅਗਰ ਸਰਕਾਰਾਂ ਸਿਰਫ ਅਮੀਰ ਤਬਕੇ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਗਰੀਬ ਤਬਕਾ ਨਾਖੁਸ਼ ਹੋਵੇਗਾ ਹੀ। ਗੱਲ ਫਿਰ ਲਾਲਚ ਅਤੇ ਖੁਦਗਰਜ਼ੀ ਤੇ ਆ ਟਿਕਦੀ ਹੈ। ਆਈ ਐਮ ਔਲਰਾਈਟ ਜੈਕ (I am alright jack) ਵਾਲੀ ਪਾਲਿਸੀ ਸਮਾਜ ਵਿਰੋਧੀ ਰਵੱਈਆ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ : ਦੱਖਣੀ ਅਫਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਹੋ ਰਹੇ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਸੱਤਾਂ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ 25. 2 ਅਰਬ ਰੈਂਡ (ਉਸ ਸਮੇਂ 2 ਖਰਬ 14 ਅਰਬ 45 ਕਰੋੜ 60 ਲੱਖ 24 ਹਜ਼ਾਰ 6 ਸੌ 68 ਰੁਪਏ) ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ। ਪਰ 81% ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਕਮ ਦਾ ਗਲਤ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। "ਦਾ ਪਬਲਿਕ ਮੈਨੇਜ਼ਰ" ਨਾਂ ਦੇ ਰਸਾਲੇ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਪੈਸੇ "ਉਸ ਜਗ੍ਹਾ ਦੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਕਲਿਨਕਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੇ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਤੇ ਲਾਏ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਸੀ" ਉਹ ਨਹੀਂ ਲਾਏ ਗਏ। ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਘਪਲਿਆਂ ਦੀ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਤਾਰ ਹੈ। ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵੱਡੀਆਂ-ਵੱਡੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਟੈਕਸ ਦੀ ਚੋਰੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਸਰਕਾਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨੱਥ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੀ ਪਰ ਆਮ ਸਧਾਰਨ ਇਨਸਾਨ, ਵਿਉਪਾਰੀ ਅਗਰ ਘੱਟ ਟੈਕਸ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਉਹਦੇ ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੈਂਕਾਂ ਨੂੰ ਬੇਲ ਆਊਟ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਬੈਂਕਾਂ ਦੇ

ਵੱਡੇ ਆਹੁਦੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੀਆਂ ਤਨਖਾਹਾਂ ਅਤੇ ਬੋਨਸ ਦੇਣੇ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੀ ਹੈ? ਇਹ ਦਿਨ ਦਿਹਾੜੇ ਡਾਕਾ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੀ ਹੈ? ਲੱਖਾਂ ਲੋਕ ਕੰਮਾਂ ਤੋਂ ਵਿਹਲੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਤਨਖਾਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵਾਧਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ, ਬੈਂਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪਏ ਪੈਸਿਆਂ ਦਾ ਵਿਆਜ ਨਾ ਮਾਤਰ ਹੀ ਹੈ ਪਰ ਪਾਰਲੀਮੈਂਟ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਆਪਣੀਆਂ ਤਨਖਾਹਾਂ ਤਾਬੜਤੋੜ ਵਧਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਕੀ ਇਹ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਨਹੀਂ? ਸ਼ਾਹੀ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਖਜ਼ਾਨੇ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਹੋਰ ਪੈਸੇ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਾਪੇਗੰਡਾ ਕਰਕੇ ਲੋਕ ਰਾਏ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੱਕ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਹਨ। ਸਾਧਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਭੱਤੇ ਬੰਦ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਮੀਰਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਅਮੀਰ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ।

ਅਮੀਰ ਗਰੀਬ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨ-ਅਸਮਾਨ ਦਾ ਫਰਕ : ਟਾਇਮ ਨਾਂ ਦੇ ਰਸਾਲੇ ਦੀ ਇੱਕ ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਿਕ "2005 ਵਿੱਚ ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਦੀ ਕੁੱਲ ਸਲਾਨਾ ਆਮਦਨ ਦਾ ਲਗਭਗ 30% ਹਿੱਸਾ, ਸਿਰਫ 5% ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਗਿਆ" ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ "ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦਾ 33% ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਿੱਸਾ 5% ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਗਿਆ। ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 1.4 ਅਰਬ ਲੋਕ 67.12 ਰੁਪਏ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਪੈਸਿਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਦਿਨ ਦਾ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਤੋਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਭੁੱਖ ਦੇ ਮਾਰੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ 25000 ਬੱਚੇ ਮਰਦੇ ਹਨ। ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਵੀ ਘਨਾਉਣੇ ਹੋਣਗੇ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ 28 ਰੁਪਏ ਦਿਹਾੜੀ ਇੱਕ ਮਜ਼ਦੂਰ ਲਈ ਵਾਜ਼ਿਬ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਪੈਸਿਆਂ ਨਾਲ ਰੋਟੀ ਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। 1987 ਵਿੱਚ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਇਹ ਟੀਚਾ ਰੱਖਿਆ ਸੀ ਕਿ 1990 ਤੋਂ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਕੋਈ ਵੀ ਬੱਚਾ ਗਰੀਬੀ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗਾ। ਪਰ ਇਹ ਟੀਚਾ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਸੱਚਾਈ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਟੀਚਾ ਰੱਖਣ ਕਾਰਨ ਪਛਤਾਇਆ। ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਫੜ੍ਹ ਬਰਤਾਨਵੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਟੋਨੀ ਬਲੇਅਰ ਨੇ ਵੀ ਮਾਰੀ ਸੀ ਪਰ ਇੱਥੇ ਵੀ ਪਰਨਾਲਾ ਉੱਥੇ ਦਾ ਉੱਥੇ ਹੀ ਰਿਹਾ।

ਸੋਸ਼ਲਿਸਟ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਰਾਬਰਤਾ ਦੀ, ਅਮੀਰੀ ਗਰੀਬੀ ਦੇ ਪਾੜੇ ਦੀ, ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ, ਪੱਖਪਾਤ, ਲਾਲਚ ਅਤੇ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਨੂੰ ਜੜ੍ਹੋਂ ਪੁੱਟਣ ਦੀ ਗਲਬਾਤ ਨਾ ਬਣੀ। ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਇਨਸਾਨ ਵੀ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਬੁੱਢਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤਕ ਅਸੀਂ ਬਰਾਬਰਤਾ ਵਾਲੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਅਸੂਲਾਂ ਤੇ ਕਰੜੀ ਨਿਗ੍ਹਾ ਨਾਲ ਪਹਿਰਾ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ, ਇਹ ਬੇਇਨਸਾਫੀਆਂ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ। ਸਾਨੂੰ ਆਪ ਇਮਾਨਦਾਰ, ਲੋਕ-ਹਿਤੈਸ਼ੀ ਅਤੇ ਪੱਕੇ-ਇਰਾਦੇ ਦਾ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਲਾਲਚ, ਪੱਖਪਾਤ, ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਅਤੇ ਖੁਦਗਰਜ਼ੀ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਹੀ ਇੱਧਰ ਹਿੱਸਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ

ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੀ ਪ੍ਰੀਭਾਸ਼ਾ ਘੋਖਦਿਆਂ ਸਮਝ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਅਜੇ ਪੰਜ ਜਾਂ ਛੇ ਸਾਲ ਦੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਸੋਝੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਹਮਦਰਦੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਇਸੇ ਕਰਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਮਉਮਰ ਨਾਲ ਕੋਈ ਕੁੱਟਮਾਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਰੋਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਨਸਾਫ਼, ਗਲਤ, ਝੂਠ, ਬੇਇਨਸਾਫੀ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਹੋ ਰਹੇ ਧੱਕੇ ਵਾਰੇ ਵੀ ਅਸੀਂ ਜਾਣਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਗੱਲ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਰਤਾਵ ਉਹ ਵੱਡੇ ਲੋਕ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਮੈਂ ਇੱਜ਼ਤ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਅਤੇ ਉਹ ਲੋਕ ਵੀ ਜਿਹੜੇ ਮੇਰੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ। ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਵਾਲੇ ਵਰਤਾਵ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾ ਤੋਂ ਗਿਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਡਰ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ "ਚੰਗਾ ਬੱਚਾ" ਬਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਕੁੱਝ ਬੱਚੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਅਹਿਸਾਸ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਹੀ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਅਹਿਸਾਸ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਮਾੜਾ ਵਰਤਾਵ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਵਾਲੇ ਵਰਤਾਵ ਵੱਲ ਖਿੱਚੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਇਹਨੂੰ ਬੁਲੀਇੰਗ (BULLYING) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਚਪਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਤਜ਼ਰਬੇ ਇੰਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਧੱਕੜ ਕਿਸਮ ਦੇ ਇਨਸਾਨ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜ਼ੁਲਮਾਂ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਕਿ ਉਹ ਜੀਊਦੇ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਜੀਉਂਣਾ ਮੁਹਾਲ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਲੋਕ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਉਦਾਸੀ ਅਤੇ ਸਵੈਹੀਣਤਾ ਦਾ ਸੰਤਾਪ ਭੋਗਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਇਨਸਾਨ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਬੁਨਿਆਦੀ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਘਾਟ, ਉਹਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾ ਲੁਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਧੱਕੜ, ਚੋਰ, ਬਦਮਾਸ, ਨਖੱਟੂ, ਕਾਤਲ, ਹੇਰਾਫੇਰੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਜ਼ਾਲਮ ਲੋਕ, ਜੰਮਦੇ ਹੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਸਗੋਂ ਜੰਮਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਉਸ ਬੱਚੇ ਦਾ ਵਾਸਤਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਹਦੇ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਵਰਤਾਵ ਦੇ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਡਾ ਬਚਪਨ ਯਾਨਿ ਕਿਸੇ ਮਕਾਨ ਦੀ ਨੀਂਹ ਬਹੁਤ ਸੁੱਰਖਿਅਤ, ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਹੰਢਣਸਾਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਖਸ਼ੀਅਤ ਰੂਪੀ ਮਕਾਨ ਲਈ ਭਰਪੂਰ ਪਿਆਰ, ਸਵੈ-ਮਾਣ, ਇੱਜ਼ਤ, ਹੋਂਦ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ, ਅਤੇ ਕਦਰ ਕਰਨੀ ਆਦਿ (ਇੱਕ ਸੰਤੁਲਨ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਵੱਲ) ਅਹਿਮ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਹਨ। ਜਦ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਘਾਟ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਇਨਸਾਨਾਂ ਨੂੰ

ਵੱਖਰਿਆਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਤੇ ਅਸੀਂ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਰਾਹੀਂ ਬੰਦਸ਼ਾ ਅਤੇ ਵਲਗਣਾਂ ਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।

ਇਸ ਸਾਰੇ ਤਾਣੇ ਬਾਣੇ ਵਿੱਚ " ਤਾਕਤ ਦੀ ਧੌਂਸ" ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਰੋਲ ਅਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਧੌਂਸ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਰਤਾਵ ਰਾਹੀਂ ਜ਼ਾਹਿਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਧੌਂਸ ਦਾ ਸਰੋਤ ਸਾਡੀ ਸੋਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹਨੂੰ ਸਾਡੇ ਮਾਂ ਬਾਪ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ, ਦੋਸਤਾਂ, ਸਮਾਜ, ਧਾਰਮਿਕ ਕਾਇਦੇ-ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਆਦਿ ਨੇ ਮੋਹਰ ਲਾ ਕੇ ਪੱਕਿਆ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸੋਚ ਵਿੱਚ ਪੜਾਈ ਲਿਖਾਈ, ਸਿੱਖਿਆ, ਅਖਬਾਰਾਂ, ਕਿਤਾਬ, ਰੇਡੀਉ, ਟੀ. ਵੀ. ਆਦਿ ਨੇ ਵੀ ਹਿੱਸਾ ਪਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸੋਚ ਦੇ ਸਾਡੇ ਤੇ ਦਿਨ ਰਾਤ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪੋਚੇ ਫੇਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਰੋਗਨ ਵਾਂਗ ਇਸ ਸੋਚ ਦੀਆਂ ਤਹਿਾਂ ਸਾਡੇ ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸੋਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਸਾਡੀ ਫਿਰ ਆਦਤ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਦਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਡਾ ਅਨਿਖੜਵਾਂ ਵਰਤਾਵ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਰਤਾਵ ਅਗਰ ਸਮੂਹ ਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੋ ਕੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਅਟੁੱਟਵਾਂ ਅੰਗ ਹੋ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਕਈ ਗਲਤ ਗੱਲਾਂ ਸਦੀਆਂ-ਦਰ-ਸਦੀਆਂ ਚੱਲਦੀਆਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਖਾਮੋਸ਼ੀ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਉਹਨਾਂ ਗਲਤ ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜ਼ਾ ਤੇ ਕਿੰਤੂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਅਲੱਗ ਬਣਨਾਂ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਤੋੜਨਾ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੀ ਸੋਚ ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਰੋਗਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸੋਚ ਤਹਿ ਦਰ ਤਹਿ ਚੜ੍ਹੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਉਸ ਖੋਲ਼ ਨੂੰ ਤੋੜਨਾਂ ਸੁਖਾਲਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮੂਹ ਦਾ ਵਰਤਾਵ "ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ" ਜਾਂ "ਬੁਲੀਇੰਗ" ਦਾ ਰੂਪ ਅਖਤਿਆਰ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਜੋ ਲੋਕ ਇਸ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰ ਭਾਣਾ ਮੰਨ ਕੇ ਬੈਠੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹੋਣੀ ਮੰਨ ਬੈਠਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਕੁੱਝ ਚੇਤੰਨ ਲੋਕ, ਇਸ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੇ ਖਿਲਾਫ਼ ਉੱਠ ਖੜ੍ਹਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਹੀ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਅਸੀਂ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਕਈ ਵਾਰ ਖੜ੍ਹਦੇ ਨਹੀਂ ਹਾਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ਤੇ ਇਹਦਾ ਅਸਰ ਸਾਡੇ ਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੋਵੇ ਪਰ ਜੋ ਵਰਗ ਇਹਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹਦੇ ਲਈ ਇਨਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਦਯਾ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਨਾ ਹੋਣਾ, ਸਾਨੂੰ 'ਵਧੀਆ ਇਨਸਾਨ' ਅਖਵਾਉਣ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੇ ਵਰਗ ਵਿੱਚ ਅਗਰ ਅਸੀਂ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਗੱਲ ਸਾਫ ਨਿਤਰ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਔਰਤਾਂ, ਅਪਾਹਜ਼ ਲੋਕ, ਅਖੌਤੀ ਛੋਟੀਆਂ ਜਾਤਾਂ, ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਕਬੀਲੇ ਅਤੇ ਵੱਖਰੇ ਕਾਮ-

ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਾਲੇ ਆਦਿ ਲੋਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਅਤੇ ਬੁਲਇੰਗ ਕਰਕੇ ਇਹਨਾਂ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਤੇ ਤਾਂ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੀ ਹੈ ਸਗੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ-ਲਿਖਾਈ, ਨੌਕਰੀਆਂ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ, ਰਿਸ਼ਤੇ-ਨਾਤਿਆਂ, ਤਰੱਕੀਆਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ-ਰੁਤਬਿਆਂ ਤੇ ਵੀ ਪੈਰ-ਪੈਰ ਤੇ ਰੋਕਾਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਹ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਕਿਤੇ ਵੀ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇ, ਬੋਲ ਕੇ, ਜਤਾ ਕੇ, ਤਾਹਣੇ-ਮਿਹਣੇ ਦੇ ਕੇ ਅਤੇ ਫਤਵੇ ਦੇ ਕੇ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਹਰ ਪਲ ਸ਼ਖ਼ਸ਼ੀਅਤਾਂ ਦਾ ਕਤਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਣ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਲੋਕ, ਘੋਰ ਉਦਾਸੀ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੋਰ ਕਈ ਮਾਨਸਿਕ ਅਲਾਮਤਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ 'ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਜਿੰਦਗੀ ਖੁਣੋਂ ਕੀ ਥੁੜਿਐਂ' ਅਤੇ ਆਤਮ ਹੱਤਿਆ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਬੱਚੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਤੇ, ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਹੀ ਉਹਦੇ ਨਾਲ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਹੋਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਖਾਤਮਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਖੁਆਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਅਤੇ ਢੰਗ ਤਰੀਕੇ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹਨੂੰ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਕਦੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮੁੰਡੇ ਨੂੰ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਧਾਰਨਾਂ ਸਾਡੀ ਸੋਚ, ਕੰਮ, ਵਰਤਾਵ ਤੋਂ ਪਨਪ ਕੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਆਮ ਵਰਤਾਰਾ ਬਣ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਤਕਰਾ ਅਤੇ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਬੱਚੀ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਗਰ ਇਹ ਗੱਲ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਭਰੂਣ ਹੱਤਿਆਂ ਨਾ ਕਰੀਏ। ਜੋ ਬੱਚੀਆਂ ਜਨਮ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦ ਤੇ ਕਿਸੇ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਮਠਿਆਈਆਂ-ਵੰਡਣੀਆਂ, ਵਧਾਈਆਂ-ਦੇਣੀਆਂ ਅਤੇ ਪਾਰਟੀਆਂ ਆਦਿ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ। ਸਗੋਂ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਪੱਥਰ ਜੰਮ ਪਿਆ' ਘਰ ਵਿੱਚ ਮਾੜੀ ਚੀਜ਼ ਆਈ ਆ, ਕਬੀਲਦਾਰੀ ਦਾ ਬੋਝ ਵੱਧ ਗਿਆ ਹੈ ਆਦਿ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਉਹਦੇ ਨਾਲ ਮੁੰਡੇ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 'ਚ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦਾ, ਕੰਮਕਾਰ 'ਚ ਹੱਥ ਵਟਾਉਣ ਦਾ, ਦੁਆ-ਦਾਰੂ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਫਿਰਨ ਤੁਰਨ ਤੇ ਹਰ ਵੇਲੇ ਵਿਤਕਰਾ ਅਤੇ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰੀ ਬਿਰਤੀ ਬੁਲਇੰਗ ਹੈ। ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀਣ-ਭਾਵਨਾ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸ਼ੀਅਤ ਵਿੱਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਉਣਤਾਈਆਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹਦੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਪੇਕੇ-ਘਰ, ਬਾਪ ਜਾਂ ਭਰਾ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹੁਰੇ-ਘਰ ਪਤੀ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ। ਉਹਦੀ ਆਪਣੀ ਆਜ਼ਾਦਾਨਾ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਨਹੀਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ। ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁੜੀ ਹੋਣ ਤੇ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਨਾ ਹੋਣ ਤੇ ਜਾਂ ਪਤੀ ਦੇ ਮਰ ਜਾਣ ਤੇ, ਦੋਸ਼ ਸਿਰਫ ਔਰਤ ਨੂੰ ਹੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਗਰ ਪਤੀ ਜੁਆਰੀਆ, ਸ਼ਰਾਬੀ,

ਡਰੱਗੀ ਜਾਂ ਬਦਮਾਸ਼ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਇਹਦਾ ਸਿਲਾ ਔਰਤ ਦੇ ਹੀ ਹਿੱਸਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਔਰਤ ਵਿਧਵਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨੂੰ ਕਲ-ਮੂੰਹੀ, ਬਦਸ਼ਗਨ, ਆਦਮ ਖਾਣੀ ਆਦਿ ਦੇ ਤਾਹਨੇ-ਮਿਹਣੇ ਵੀ ਬੁਲਇੰਗ ਦਾ ਹੀ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ। ਇਹ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ, ਔਰਤ ਦੇ ਜੰਮਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਫਿਰ ਪੇਟ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜੰਮਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਮਰਨ ਤਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਬਾਕੀ ਪ੍ਰਵਾਰ, ਪ੍ਰਵਾਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਭਾਈਚਾਰੇ, ਭਾਈਚਾਰੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਨਾਲ ਲੱਗਦੇ ਸਾਰੇ ਮੁਲਕ ਵਿੱਚ ਹੀ ਵਰਤਾਰਾ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਵੀਕਾਰਿਆਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਔਰਤ ਨਾਲ ਬੁਲਇੰਗ ਜਾਂ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਕਰਨੀ ਜ਼ਾਇਜ਼ ਹੈ। ਇਹ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ, ਉਹਦੇ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਿਖਾਈ ਵੇਲੇ, ਨੌਕਰੀ 'ਚ ਤਰੱਕੀ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਹਰ ਥਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਦੀ ਆਪਣੀ ਆਜ਼ਾਦਾਨਾ ਹੋਂਦ ਨਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਉਹਨੂੰ ਕਾਮ-ਖੇਡ ਦਾ ਖਿਡੌਣਾ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਨ ਹਨ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਨਾਲ ਬਲਾਤਕਾਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਈ ਧਰਮਾਂ ਦੇ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਨਾਲ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ, ਬੁਲਇੰਗ ਨੂੰ ਜ਼ਾਇਜ਼ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਭਾਰਤੀ ਲੋਕ ਧਾਰਮਿਕ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਸ ਬੁਲਇੰਗ ਨੂੰ ਰੱਬੀ ਫਰਮਾਨ ਸਮਝ ਕੇ ਜ਼ਾਇਜ਼ ਕਰਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਨਿਆਸਰੀ ਔਰਤ ਦੀ ਹੱਕ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਘੱਟ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੀ ਮਾਂ ਇੱਕ ਔਰਤ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਮਾਂ ਹੀ ਪਹਿਲਾ ਗੁਰੂ ਹੈ। ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਗੁਜ਼ਾਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸ਼ੀਅਤ ਸੰਤੁਲਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਸੇਵਕਾਂ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਤ ਸ਼ਖ਼ਸ਼ੀਅਤ ਬਨਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨ੍ਹਾ ਕੁ ਹਿੱਸਾ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੁੰਡਾ ਆਪਣੇ ਪਿਉ ਦਾ ਵਰਤਾਵ ਦੇਖ ਕੇ ਧੱਕੜ ਕਿਸਮ ਦਾ ਵਰਤਾਵ ਆਪਣਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੁੰਡੇ ਦੀ ਭੈਣ, ਮਾਂ ਦੀ ਕੌਪੀ ਕਰਕੇ ਮਾਂ ਵਾਂਗ ਦੱਬੂ, ਸਵੈਹੀਣਤਾ ਅਤੇ ਡਰੂ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸ਼ਖਸ਼ੀਅਤ ਅਖਤਿਆਰ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵਰਤਾਰਾ ਪ੍ਰੀਵਾਰਿਕ ਇਕਾਈ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਕੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਵਾਨਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸਾਰੇ ਮੁਲਕ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਆਮ ਵਰਤਾਵ ਮੰਨ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹੀ ਕਾਰਣ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤੀ ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈਂਕੜ, ਧੱਕੜਸ਼ਾਹੀ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਘਟੀਆਂ ਸਮਝਣ ਦੀ ਬਿਰਤੀ ਹੈ। ਬਹੁਤਿਆਂ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤੀ ਮਰਦ ਦਾ ਵਰਤਾਵ ਔਰਤ ਵਲ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ਬੁਲਇੰਗ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਰਤਾਰਾ ਮਰਦ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਮਾਜ ਬਨਾਉਣ ਵਿੱਚ ਖਾਸਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਔਰਤ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰੀ ਨਾ ਮਿਲਣ ਕਰਕੇ ਉਹਦੇ ਨਾਲ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਦਸਲੂਕੀ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਲਾਤਕਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਰਦਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਧੌਂਸ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਵਰਤਾਰਾ ਸਮਾਜ ਦੇ ਦੋ ਅਹਿਮ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਖਾਈ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਖਿਚੋਤਾਣ ਵਿੱਚ ਬਰਬਾਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਅਸ਼ਾਤੀ ਅਤੇ ਰੋਹ ਪੈਦਾ

ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਹਰ ਪਾਸਿਉਂ ਤਰੱਕੀ ਤੇ ਵੱਟਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਬੁਲਇੰਗ, ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਵ ਅਸੀਂ ਅਪਾਹਜ਼ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਮਾੜੇ ਚੰਗੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਫਲ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਇਸ ਸੋਚ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਅਸੀਂ ਧੱਕੜ-ਵਰਤਾਵ ਨੂੰ ਜ਼ਾਇਜ਼ ਠਹਿਰਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਪਾਹਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਵਰਤਾਵ ਠੀਕ ਹੈ। ਇਹ ਅਸੀਂ ਕਈ ਵਾਰ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ 'ਚ ਕੋਈ ਵੀ ਅਪਾਹਜ਼ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਐਨਕਾਂ ਲਾਉਣਾ ਵੀ ਅਪਾਹਜ਼ਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੰਨਾਂ ਤੋਂ ਨਾ ਸੁਨਣਾ ਵੀ। ਗੋਡੇ ਦੁਖਣੇ ਜਾਂ ਪਿੱਠ ਦੁਖਣੀ ਵੀ ਅਪਾਹਜ਼ਤਾ ਹੈ। ਅਪਾਹਜ਼ਤਾ ਸਿਰਫ ਇਹ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦੇ ਅੰਗ ਕੱਟੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨੋਂ ਹੱਟ ਜਾਣ ਜਾਂ ਕੋਈ ਮਾਨਸਿਕ ਅਲਾਮਤ ਲੱਗ ਜਾਵੇ। ਉਮਰ ਵੱਧਣ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਕਈ ਅੰਗ ਘੱਟ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਅਪਾਹਜ਼ਤਾ ਵੱਲ ਕਦਮ ਵਧਾ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਅਪਾਹਜ਼ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਕਰੀਏ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾੜੇ ਸ਼ਬਦ ਬੋਲ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਕਰੀਏ ਅਤੇ ਅਪਾਹਜ਼ਤਾ ਦਾ ਮਿਹਣਾ ਦੇਈਏ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੀਏ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜੀਉਣਾ ਮੁਹਾਲ ਕਰ ਦੇਈਏ। ਇਹ ਵਰਤਾਵ ਅਸੱਭਿਅਕ ਤਾਂ ਹੈ ਈ ਸਗੋਂ ਬੁਲਇੰਗ ਅਤੇ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਵੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਰਤਾਵ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਘੱਟਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਯੂਸੀ ਵੱਧਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੋਸਦੇ ਅਤੇ ਨਕਾਰਾ ਸਮਝਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵਰਤਾਵ ਵੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰੋਹ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਅਸਮਾਨਤਾ ਵੱਧਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਰੋੜਾ ਅਟਕਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦਾ ਕੋਹੜ ਜਾਤਪਾਤ ਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੁਲਇੰਗ ਅਤੇ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਅਸੀਂ ਅੱਜ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਿਖਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਇਹ ਸਮਾਜ ਦਾ ਸ਼ਰਮਨਾਕ ਅਨਿਖੜਵਾਂ ਅੰਗ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਰਕਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨ ਸਮਾਜਿਕ ਵਰਤਾਵ ਤੇ ਰੋਕ ਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤਾਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਸੋਚ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਦਲ ਸਕਦੇ। ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਇਕਸਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦਾ ਬੋਲਬਾਲਾ ਹੈ । ਨਾ ਬਰਾਬਰਤਾ ਦਾ ਪੈਰ-ਪੈਰ ਤੇ ਬੋਲਬਾਲਾ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਦਾ ਖੇਰੂੰ-ਖੇਰੂੰ ਹੋਣਾ ਵੀ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਹੈ ਕਿ ਇੱਥੇ ਬੁਲਇੰਗ ਅਤੇ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹਨ। ਇਸ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਜਾਤਪਾਤ ਦੇ ਨਾ ਤੇ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਚਲੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਦਾ ਸਫ਼ਾਇਆ ਕਦੇ ਵੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਕੋਹੜ ਨਾਲ ਹੀਣ-ਭਾਵਨਾਂ ਅਤੇ ਦੱਬੂ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਸਖ਼ਸ਼ੀਅਤਾਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਸਖ਼ਸ਼ੀਅਤਾਂ ਨਾਲ ਹਰ ਪਲ ਖਿਲਵਾੜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਾਨਸਿਕ ਕਤਲ ਕਰਕੇ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੁੱਸਾ ਅਤੇ ਬਦਲੇ ਦੀ ਭਾਵਨਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਅਸਮਾਨਤਾ

ਅਤੇ ਨਾ ਬਰਾਬਰਤਾ ਦੀ ਖਾਈ ਚੌੜੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਮੁਲਕ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਵਿਘਨ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਦਾ ਫਸਤਾ ਤਾਂ ਹੀ ਵੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਗਰ ਉਸ ਸੋਚ ਨੂੰ ਬਦਲਿਆ ਜਾਵੇ ਜਿਹੜੀ ਸੋਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਗ੍ਰੰਥਾਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਅੱਜ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਲੋੜ ਹੈ? ਜੇਕਰ ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਨੇ ਤਰੱਕੀ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਸੋਚ ਦੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਸਰੋਤ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਪੜਚੋਲਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਇਹ ਕਦਮ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕਦੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸੱਭਿਅਕ ਸਮਾਜ ਵੱਲ ਪਲਾਘਾਂ ਨਹੀਂ ਪੁੱਟ ਸਕਦੇ। ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਨਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਜਿਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਾਤਾਂ-ਪਾਤਾਂ ਨਾਲ ਵੰਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਵਰਤਾਰਾ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਹੋਰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਇਹ ਬੁਲਇੰਗ ਸਿਰਫ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤਾ ਦੇ ਆਸਰੇ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਮਾਜ 'ਚ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਵੰਡੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਕਸਾਰ ਕਿਸਮ ਦਾ ਸਮਾਜ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਿਆ। ਅਕਲ, ਕਿਸੇ ਕੌਮ ਜਾਂ ਨਸਲ ਦੀ ਕਾਬਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਜੇਕਰ ਇਨਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਿਆਣੇ ਲੋਕ ਸੱਭਿਅਕ ਸਮਾਜ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਇਹ ਧੱਕੜ ਵਰਤਾਵ ਸਾਡੀ ਤਰੱਕੀ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ, ਗਰੀਬੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗਰੀਬੀ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ। ਅਗਰ ਅਸੀਂ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਬੁਲਇੰਗ, ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।

ਗੁਲਾਮ-ਮਾਨਸਿਕਤਾ

ਕੈਰੀਬੀਅਨ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਅਗਸਤ ਨੂੰ ਇੱਕ "ਅਜ਼ਾਦ ਦਿਵਸ" ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਪਹਿਲੀ ਅਗਸਤ 1838 ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਗੁਲਾਮ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸਨ। 1662 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 1807 ਤਕ ਬਰਤਾਨੀਆਂ ਨੇ 3.1 ਮਿਲੀਅਨ ਗੁਲਾਮਾਂ ਨੂੰ ਐਟਲਾਂਟਿਕ ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ ਕੈਰੇਬੀਅਨ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਲਿਆਂਦਾ ਸੀ। ਇਸ ਜ਼ਬਰੀ ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਅੱਤਿਆਚਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ਬਰੀ ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਤਾਂ ਕਿ ਇਨਸੋਰੈਂਸ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਵਸੂਲੇ ਜਾ ਸਕਣ ਅਤੇ ਇਸ ਸਾਰੇ ਵਿਉਪਾਰ ਵਿੱਚ ਕਾਲਿਆਂ ਦੇ ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਮੋਹਰੀਆਂ ਨੇ ਵੀ ਕਾਫ਼ੀ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਸੀ। ਇਹ ਟੋਡੀ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਨ ਜਿਵੇਂ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਜਾਗੀਰਦਾਰ, ਜ਼ੈਲਦਾਰ, ਨੰਬਰਦਾਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਣਾਏ ਗਏ ਰਾਏ-ਸਾਹਿਬ ਸਨ ਤਾਂ ਕਿ ਬਰਤਾਨਵੀ ਸਲਤਨਤ ਨੂੰ ਖੁਫੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਦਿੰਦੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰਾਜ ਕਾਇਮ ਰਹਿ ਸਕੇ। ਗੁਲਾਮ ਬਣੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸਦਾ ਹੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਪਰਵਾਨੇ ਜੰਮਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਘੋਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਸਦਾ ਹੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਲੈ ਕੇ ਹੀ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਵੀ ਇਸ ਜਦੋ-ਜਹਿਦ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਗੁਆਈਆਂ ਸਨ। ਗੁਲਾਮ ਬਨਾਉਣ ਅਤੇ ਵੇਚਣ ਖ੍ਰੀਦਣ ਨੂੰ ਈਸਾਈ ਧਰਮ ਨੇ ਸਦਾ ਠੀਕ ਠਹਿਰਾਇਆ ਸੀ। ਸਦੀਆਂ ਦੀ ਗੁਲਾਮੀ ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਗੁਲਾਮ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਕਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਏਸ਼ੀਆਈ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਵੀ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਲਿਜ਼ ਬਰਾਊਨ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ : ਤੁਹਾਡਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਹੋ। ਅਗਰ ਤਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚਲੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਨੂੰ ਨਿਜੱਠ ਲਵੋ, ਤਾਂ ਬਾਹਰਲਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਤੁਹਾਡਾ ਕੁੱਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਵਿਗਾੜ ਸਕਦਾ।"

ਇਸ ਸਾਰੇ ਵਰਤਾਰੇ ਨੂੰ "ਬੇਬੀ ਐਲੀਫੈਂਟ ਸਿੰਡਰਮ" (Baby elephant syndrome) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਹਾਥੀ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟਰੇਨਿੰਗ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹਨੂੰ ਇੱਕ ਘਣੇ ਦਰਖੱਤ ਨਾਲ ਇੱਕ ਮੋਟੇ ਰੱਸੇ ਜਾਂ ਸੰਗਲ ਨਾਲ ਬੰਨ੍ਹ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਥੀ ਦਾ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰਨ ਲਈ ਰੱਸੇ ਜਾਂ ਸੰਗਲ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲਈ ਜਦੋ ਜਹਿਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਸੋਚ ਬੈਠਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਬੰਦ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਇਹਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹੋਣੀ ਮੰਨ ਲੈ। ਬੱਸ ਇਹ ਗੱਲ ਉਹਦੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਘਰ ਕਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਹਦਾ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਖਹਿੜਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦੀ।

ਹੁਣ ਜਦ ਹਾਥੀ ਦਾ ਬੱਚਾ ਵੱਡਾ ਹੋ ਕੇ ਜੁਆਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਹਨੂੰ ਇਕ ਪਤਲੀ ਜਿਹੀ ਰੱਸੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਹਲਕੇ ਜਿਹੇ ਦਰਖੱਤ ਨਾਲ ਬੰਨ੍ਹ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਰੱਸੀ ਨੂੰ ਉਹ ਝੱਟਪੱਟ ਤੋੜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਰਖੱਤ ਨੂੰ ਵੀ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਜੜ੍ਹੋਂ ਪੁੱਟ ਕੇ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਦੇ ਮਨ ਨੇ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹੁਣ ਆਜ਼ਾਦ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਉਹ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋਣ ਲਈ ਥੋੜਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ੋਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲਾਉਂਦਾ ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਦਾ ਵੀ ਤਰੱਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਹ ਤਾਕਤਵਰ ਜਾਨਵਰ ਆਪਣੇ ਆਪਨੂੰ ਗੁਲਾਮ ਸੋਚ ਵਿੱਚ ਜਕੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਕੇ ਅਸਫਲ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਉਹਦੇ ਜ਼ਹਿਨ ਵਿੱਚ ਧੁਰ ਅੰਦਰ ਖੁੱਭ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਉਹ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਗੁਲਾਮੀ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਕੱਟਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਰਤਾਰੇ ਨੂੰ "ਬੇਬੀ ਐਲੀਫੈਂਟ ਸਿੰਡਰਮ" (Baby elephant syndrome) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਇਨਸਾਨ ਵੀ ਹਾਥੀ ਵਾਂਗ ਵਰਤਾਵ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚ ਅਜੇ ਵੀ ਇੱਕ ਗੱਲ਼ ਦਾ ਫਰਕ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਤੀਤ ਦੀ ਤਰਕ ਨਾਲ ਚੀਰਫਾੜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਗੁਲਾਮ-ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦੀਆਂ ਝੂਠੀਆਂ ਜੰਜੀਰਾਂ ਨੂੰ ਤਹਿਸ਼-ਨਹਿਸ਼ ਕਰਕੇ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। **ਡੇਵਿਡ ਕੁਸਚਿਆਰੀ (David cuschieri) ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ** : "ਸਾਡਾ ਮਨ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਤਾਕਤਵਰ ਸ਼ੈਅ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਗੁਲਾਮ ਵੀ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਾਕਤਵਰ ਵੀ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਧੱਕਾ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਭਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਬੱਸ ਸਿਆਣਪ ਨਾਲ ਇਹਨੂੰ ਵਰਤਣਾਂ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।"

ਇਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। :

1. **ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਯਕੀਨ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਣਾ** :- ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਯਕੀਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਸੁਪਨੇ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸੋਚ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਭਦੇ ਹੋਏ, ਆਪਣੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਤੋਲਣ ਜਾਂ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਹਾਲਾਤਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦਿਓ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਅੜਿਕਾ ਬਣ ਸਕਣ।

ਸਿੰਥਿਆ ਕਿਰਸੇਅ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ : "ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਯਕੀਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਐਸਾ ਆਵੇਗਾ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਯਕੀਨ ਤੇ ਯਕੀਨ ਨਾ ਕਰਨ।"

2. **ਹਾਂ ਪੱਖੀ ਸੋਚ** :- ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਹਾਲਾਤਾਂ ਨੂੰ ਅਤੇ ਸੋਚ ਨੂੰ ਹਾਂਪੱਖੀ

ਬਨਾਉਣ ਦੀ ਆਦਤ ਬਣਾ ਲਵੋ। ਨਾ ਤਾਂ ਇਸ ਗਲ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਹ ਕਰੋ ਕਿ ਲੋਕ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮਨ ਤੇ ਲਾਓ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ ਦੇਣ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਜੋ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬੁਰਾ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਉਹਦੇ ਵਾਰੇ ਵਿਸ਼ ਘੋਲਣਾਂ ਵੀ ਫਜ਼ੂਲ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਤਰੱਕੀ ਨੂੰ ਵੱਟਾ ਲੱਗੇਗਾ। ਇਹਨਾਂ ਜ਼ਜ਼ਬਾਤਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੁਨਿਹਰੇ ਭਵਿੱਖ ਤੇ ਕੇਂਦਰਤ ਕਰਕੇ ਅੱਗ ਵਾਂਗ ਬਾਲੋ। **ਨੈਲਸਨ ਮੰਡੇਲਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ:** "ਜਦ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਜੇਲ੍ਹ ਕੋਠੜੀ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਵੱਡੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਵੱਲ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਜਿਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰ ਦੇਣਾ ਸੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਸੋਚ ਲਿਆ ਸੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਕੁੜਤੱਣ ਅਤੇ ਨਫ਼ਰਤ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡ ਕੇ ਨਾ ਗਿਆ ਤਾਂ ਮੈਂ ਅਜੇ ਵੀ ਕੈਦ 'ਚ ਹੀ ਰਹਾਂਗਾ।"

3. **ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰੋ** :- ਜਿੰਨਾਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਮਾੜੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਕੇ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਨਾ ਕਰੋ। ਜੱਥੇ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਹੋ, ਉਹਦੀ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਕਬੂਲਣਾ ਸਿੱਖੋ। ਕੁੱਝ ਵੀ ਮੁਫ਼ਤ 'ਚ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਆ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਤੇ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਜਾਂਦਾ। ਜਿੰਦਗੀ ਇੱਕ ਜਦੋ ਜਹਿਦ ਹੈ ਅਤੇ ਟੀਸੀ ਉੱਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਸਖਤੀ ਨਾਲ ਹੱਥ ਪੈਰ ਮਾਰਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਮੰਜ਼ਿਲ ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਆਪ ਹੀ ਤਰੱਦਦ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਵੱਡੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮਿਹਨਤ ਦੀਆਂ ਡੂੰਘੀਆਂ ਪੁਲਾਘਾਂ ਪੁੱਟਣੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮਾਰਵਾ ਕੋਲਿਨਜ਼ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ: ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਅਤੇ ਸਿਰੜਤਾ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਹਿਲਾ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਗਰ ਇਹ ਸੋਚੀਏ ਕਿ ਕੋਈ ਆ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਅਤੇ ਟੀਚੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾ ਦੇਵੇਗਾ ਤਾਂ ਟੋਏ ਵਿੱਚ ਪੈਣ ਦਾ ਪੱਕਾ ਰਾਹ ਹੋਵੇਗਾ।

4. **ਅੱਧ ਵਿਚਾਲੇ ਨਾ ਛੱਡ ਜਾਵੋ** : ਆਪਣਾ ਹੌਂਸਲਾ ਬੁਲੰਦ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਿਆਂ ਕਰਨ ਵੱਲ ਕਦਮ ਵਧਾਉਂਦੇ ਜਾਵੋਂ ਭਾਵੇਂ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀਆਂ ਵੀ ਅੜਚਣਾ ਆਉਣ। ਆਪਣੇ ਟੀਚੇ ਨੂੰ ਸਦਾ ਆਪਣੇ ਸਾਹਮਣੇ ਜਗਦਾ ਰੱਖੋ। ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਹਰ ਖੂੰਜਾ ਫਰੋਲ ਛੱਡੋ ਤਾਂ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਐਸਾ ਰਾਹ ਨਾ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਜਿਥੇ ਤੁਸੀਂ ਨਾ ਗਏ ਹੋਵੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਟੀਚਾ ਪੂਰਾ ਨਾ ਹੋ ਸਕੇ। ਜਿਵੇਂ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਕਹਾਵਤ ਹੈ: ਜਿੱਥੇ ਚਾਹ ਉੱਥੇ ਰਾਹ। ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਐਸਾ ਰਾਹ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗਾ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦਿਨ ਮੰਜ਼ਿਲ ਤੇ ਲੈ ਜਾਵੇਗਾ। ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਤਿੰਨ ਰਾਹ ਹਨ:

1. ਅੱਧ ਵਿਚਾਲੇ ਛੱਡ ਦੇਣਾ
2. ਹਾਰ ਮੰਨ ਲੈਣੀ ਕਿ ਇਹ ਮੇਰੇ ਬਸ ਦਾ ਰੋਗ ਨਹੀਂ
3. ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਕੁੱਝ ਨਿਸ਼ਾਵਰ ਕਰ ਦੇਣਾ।

5. **ਹੌਂਸਲਾ ਰੱਖਣਾ**:- ਕਿਸੇ ਵੀ ਗੱਲ ਦਾ ਤੋੜ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣਾ ਸਮਾਂ ਲੈਂਦਾ

ਹੈ। ਝਟਕੀ-ਪਟਕੀ ਕੁੱਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਫ਼ਲ ਵੀ ਸਮਾਂ ਲੈ ਕੇ ਪੱਕਦਾ ਹੈ। ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਦੀਆਂ ਘੜੀਆਂ ਕਈ ਵਾਰ ਬੇਸਬਰਾ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਕਦੇ ਵੀ ਡਰ ਜਾਂ ਸ਼ੱਕ ਨੂੰ ਲਾਗੇ ਨਾ ਆਉਣ ਦਿਓ। ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨੇ ਮਰਜ਼ੀ ਸਿਆਣੇ, ਗੁਣੀ ਗਿਆਨੀ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਪਰ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਸਮਾਂ ਤੇ ਲੱਗੇਗਾ ਹੀ।

ਵਾਰਿਨ ਬੱਫਟ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ : "ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਜੁਆਕ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਭਾਵੇਂ ਨੌ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਗਰਭਵਤੀ ਕਰ ਦਿਉ।"

6. ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤਾਣਾਬਾਣਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ :- ਜਿੰਦਗੀ ਇੱਕ ਸਾਰ ਨਹੀਂ ਚੱਲਦੀ। ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਉਤਾਰ-ਚੜ੍ਹਾਅ, ਮੋੜ-ਘੋੜ ਬਹੁਤ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤਾਣੇ-ਬਾਣੇ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਦੀ ਸਖਤ ਲੋੜ ਵੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਕੱਲੇ ਅਸੀਂ ਸਭ ਕੁੱਝ ਫਤਿਹ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਵਧੀਆ ਅਤੇ ਹਮ-ਖਿਆਲ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਦੀ ਸਦਾ ਲੋੜ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਐਡਮੰਡ ਲੀਅ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ : "ਆਪਣੀ ਸੰਗਤ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਰੱਖੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋਣ। ਉਹ ਲੋਕ ਵੀ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ, ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਸੁਪਨੇ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਯਕੀਨ ਹੋਵੇ।"

7. ਆਪਣੇ ਅਕੀਦੇ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਰੱਖਣਾ :- ਆਪਣੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਅਤੇ ਸੋਚ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਰੱਖੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਕਈ ਗੱਲਾਂ ਸਾਡੇ ਬਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਸਦਾ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਗਰ ਇਹ ਮੰਜ਼ਿਲ ਹਾਲਾਤਾਂ ਕਰਕੇ ਜੋ ਕਿ ਬੱਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੇ ਹਨ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਤਹਿ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕੀ ਤਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਅੰਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਗਿਆ। ਮਨ ਨੂੰ ਇਕਾਗਰ ਅਤੇ ਸ਼ਾਤ ਰੱਖੋ। **ਕੋਰੀ ਟਿਨ ਬੂਸ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ**: ਭਰੋਸਾ ਇੱਕ ਰਾਡਾਰ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ ਜੋ ਧੁੰਦ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦੇਖਣ 'ਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਹਾਨ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨੀਆਂ ਅਤੇ ਆਪਾਂ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਸਦਾ ਆਪਣਾ ਮਿੱਤਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ। ਤੁਸੀਂ ਦੇਖੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਤੁਹਾਡੇ ਕਦਮ ਚੁੰਮ ਰਹੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਪੁਨਰ-ਜਨਮ

ਮੁੱਢ ਕਦੀਮ ਤੋਂ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਨਣ ਦੀ ਖਾਹਿਸ਼ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਜੀਵਨ ਲ੍ਹੀਲਾ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ? ਅਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ? ਸਾਇੰਸ ਨੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਖੋਜ਼ ਕਰਕੇ ਵੱਖਰੇ ਨਤੀਜੇ ਕੱਢੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਮਸ਼ੀਨਰੀ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰ ਚੁੱਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਧਰਮਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਆਪਣੇ ਕਿਆਫ਼ੇ ਲਾ ਕੇ ਇਹ ਧਾਰਨਾ ਪੱਕੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਨਸਾਨ ਮਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫਿਰ ਜਨਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਹਿੰਦੂਆਂ, ਸਿੱਖਾਂ, ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ, ਈਸਾਈਆਂ ਅਤੇ ਹੁਣ ਬੋਧੀਆਂ ਤੇ ਵੀ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਧਰਮਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਹ ਸ਼ਰਧਾਵਸ ਅਤੇ ਡਰ ਕਰਕੇ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਮੰਨ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇੱਕ ਗੱਲ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਸਦਾ ਲਈ ਜਾਣ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਵੀ ਮਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਇਹ ਪੁਨਰਜਨਮ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ਫਹਿਮੀਆਂ ਨਾਲ ਮਨ ਪਰਚਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਪੁਨਰਜਨਮ ਦੇ ਗਧੀਗੇੜ ਨੇ ਕਈ ਸੁਆਲ ਖੜ੍ਹੇ ਕੀਤੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕੀ ਮਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜੂਨ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਸੱਪ ਮਰਕੇ ਸੱਪ ਹੀ ਜੰਮਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ੇਰ ਵੀ ਸ਼ੇਰ ਦੀ ਹੀ ਜੂਨੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ? ਇਕ ਸੁਆਲ ਇਹ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਨਸਾਨੀ ਜਾਮੇ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ 84 ਲੱਖ ਜੂਨਾਂ ਭੁਗਤ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਸੱਚਾਈ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਜਾਨਵਰ ਪੰਛੀ, ਕੀੜਾ, ਮਕੌੜਾ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਜੂਨ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਹਿ ਲਵੋ ਕਿ ਉਹਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜੂਨ ਠੀਕ-ਠਾਕ ਅਤੇ ਤਸੱਲੀਬਖਸ਼ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਤਸੱਲੀ ਨਾਲ ਨਾ ਜੀਉਂਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਹ ਆਤਮ-ਹੱਤਿਆ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਲੈਣ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਜਾਨਵਰਾਂ, ਪੰਛੀਆਂ ਨੂੰ ਆਤਮ-ਹੱਤਿਆ ਕਰਦਿਆਂ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ।

ਹੁਣ ਸੁਆਲ ਇਹ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਆਪਣੇ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਕਰਮਾਂ ਕਰਕੇ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਪੈਮਾਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਜੋ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੇਚ ਦਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਹ ਉਹਦੇ ਤੇ ਸਹੀ ਪਾਉਣ। ਚੰਗੇ ਕਰਮ ਕਿਹੜੇ ਹਨ? ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰਕੇ ਸਭ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਉਹਦੇ ਤੇ ਮੋਹਰ ਲੱਗਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾੜੇ ਕਰਮਾਂ ਵਾਰੇ ਵੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਾਲ ਦੀ ਨਾਲ ਇਸ ਬਲਿਯੂ ਪਰਿੰਟ (Blue print) ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਗਰ ਫਲਾਣਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅਗਲੇ ਜਨਮ ਵਿੱਚ

ਬਘਿਆੜ ਬਨਣ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੌਕੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਗਰ ਧਮਕਾਨਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਗਿੱਦੜ, ਚੀਤਾ, ਲੂੰਬੜ, ਸੂਰ, ਕਾਂ, ਤੋਤਾ, ਮੱਛੀ, ਕੁੱਕੜ ਜਾਂ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਬਨਣਾ ਪੱਕਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਵੀ ਤਾਂ ਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਗਰ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸਬੂਤ ਹੋਵੇ ਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਗੁਰੂਤਾ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ ਹੈ ਕਿ ਅਗਰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਸੁੱਟਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਧਰਤੀ ਆਪਣੀ ਗੁਰੂਤਾ ਖਿੱਚ ਨਾਲ ਉਹਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਖਿੱਚ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਹਾਈਡਰੋਜਨ ਦਾ ਮੌਲੀਕਿਊਲ ਅਗਰ ਇੱਕ ਅਕਸੀਜ਼ਨ ਦੇ ਮੌਲੀਕਿਊਲ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਹਾਈਡਰਜਨ ਦੋ ਮੌਲੀਕਿਊਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਕਸੀਜ਼ਨ ਦਾ ਤਾਂ ਫਿਰ ਪਾਣੀ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

ਇਸ ਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਤਰਕ ਦੀ ਕਸਵੱਟੀ ਤੇ ਇਹ ਜੂਨਾਂ ਵਾਲਾ ਝੰਜਟ ਫਿੱਟ ਨਹੀਂ ਬੈਠਦਾ। ਨਾਲੇ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਫਲਾਣੀ ਜੂਨ ਵਾਲਾ ਜਾਨਵਰ ਸਮੇਤ ਇਨਸਾਨ ਦੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਨਸਾਨ ਵੀ ਇੱਕ ਜਾਨਵਰ ਹੈ, ਕਿ ਇਹ ਪਹਿਲੇ ਜਨਮ ਵਿੱਚ ਕੁੱਤਾ, ਬਿੱਛੂ, ਨੂੰਹਾਂ ਜਾਂ ਇੱਲ ਸੀ? ਕੀ ਇਹ ਜਾਨਵਰ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੀ ਕਿਸੇ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਸਮਝਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਪਹਿਲੇ ਜਨਮ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀ ਜੂਨ ਵਿੱਚ ਸਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਫਲਾਂ ਫਲਾਂ ਕੰਮ ਕੀਤੇ ਸਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਹੁਣ ਡੱਡੂ ਜਾਂ ਟਾਈਫਾਇਡ ਦੇ ਜਰਮ ਬਣ ਗਏ ਹਨ।

ਇਹ ਗਧੀਗੇੜ ਇੱਥੇ ਹੀ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਜਦ ਅਸੀਂ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਜਾਂ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਫਲ ਨੂੰ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕਹਾਣੀ ਇਹ ਉਲਝ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗੱਲ ਆਪਾਂ ਈਸਾਈਆਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੱਬ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਧਰਤੀ ਤੇ ਭੇਜਿਆ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਹ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਬਾਪ ਸੀ, ਜਿਹਨੇ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਤਸੀਹੇ ਝੱਲਣ ਲਈ ਘੱਲ ਦਿੱਤਾ। ਜੀਸਸ ਨੇ ਕਿਹੜੇ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮ ਵਿੱਚ ਮਾੜੇ ਕਰਮ ਕੀਤੇ ਸੀ ਕਿ ਉਹਨੂੰ ਇਸ ਪੁਨਰਜਨਮ ਵਿੱਚ ਸਜ਼ਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਕਿ ਉਹਦੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਤੇ ਕਿੱਲ ਠੋਕ ਕੇ ਉਹਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਦੇ ਹਜ਼ਰਤ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਲੜਾਈਆਂ ਲੜੀਆਂ ਅਤੇ ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫਾਂ ਸਹਾਰੀਆਂ। ਉਹਨਾਂ ਆਪਣੇ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਮਾੜੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਫਲ ਭੁਗਤਿਆ। ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਸਾਰੇ ਦਫ਼ਨਾਏ ਮੁਰਦੇ ਕਿਆਮਤ ਦੇ ਦਿਨ ਜੀਉਂਦੇ ਉੱਠ ਪੈਣਗੇ। ਇਹਦਾ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਕਸਵੱਟੀ ਤੇ ਕੀ ਸਬੂਤ ਹੈ? ਜਦੋਂ ਕਿ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚ ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜੇ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਖਾ ਪੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਰੀਰ ਕਿਵੇਂ ਉੱਠ ਪਵੇਗਾ? ਹਿੰਦੂਆਂ ਦੀ ਮਾਤਾ ਸੀਤਾ ਇੱਕ ਰਾਜੇ ਦੀ ਬੇਟੀ ਸੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਰਾਜੇ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਰਾਮਚੰਦਰ ਨਾਲ ਵਿਆਹੀ ਗਈ ਸੀ ਪਰ ਉਹ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਦੁੱਖ ਭੋਗਦੀ ਰਹੀ। ਉਹਨੇ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੇ ਮਾੜੇ ਕਰਮ ਕੀਤੇ ਸਨ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਉਹਨੂੰ

ਇਸ ਇਨਸਾਨੀ ਜਾਮੇ ਵਿੱਚ ਮਿਲੀ? ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਹਾਲ ਦਰੋਪਦੀ ਦਾ ਹੋਇਆ।

ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨਾਂ ਨੇ ਕਈ ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫਾਂ ਝੱਲੀਆਂ। ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵੀ ਬੜੇ ਤਸੀਹੇ ਸਹਾਰੇ। ਕੀ ਇਹ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮ ਦੇ ਮਾੜੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਫਲ ਕਰਕੇ ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫਾਂ ਮਿਲੀਆਂ ਸਨ?

ਇਸ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿੱਚ ਅਜੇ ਵੀ ਖੋਜਾਂ ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਵਰਗੀਆਂ ਖੰਰੇ ਹੋਰ ਕਿੰਨ੍ਹੀਆਂ ਕੁ ਧਰਤੀਆਂ ਹਨ। ਉੱਥੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਜੀਵ ਜੰਤੂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਜੂਨਾਂ ਦੀ 84 ਲੱਖ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣਗੀਆਂ? ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਇਸ ਧਰਤੀ ਤੇ ਵੀ ਜੀਵ ਜੰਤੂਆਂ, ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਅਤੇ ਜਰਮਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਅਤੇ ਨਵੀਆਂ ਵੰਨਗੀਆਂ ਮਿਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪੁਨਰਜਨਮ ਕੀ ਇਸ 84 ਲੱਖ ਦੇ ਜੂਨਾਂ ਵਾਲੇ ਗਧੀਗੇੜ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਸਾਇੰਸਦਾਨਾ ਹੁਣ ਤਕ 6 ਕਰੋੜ ਜੂਨਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰਕੇ ਚਿੱਠਾ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਦੇ ਵਿੱਚ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਵਾਧਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਪੁਨਰਜਨਮ ਦੇ ਮੱਕੜਜਾਲ ਨਾਲ ਸਵਰਗ, ਨਰਕ ਅਤੇ ਮੁਕਤੀ ਵਾਲੇ ਸਿਧਾਂਤ ਵੀ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ ਕਿ ਫਲਾਣਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਵਰਗ ਮਿਲੇਗਾ ਅਤੇ ਧਮਕਾਨਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਨਰਕ। ਕੀ ਕਦੇ ਇਸ ਅਖੌਤੀ ਸਵਰਗ, ਨਰਕ ਵਿੱਚ ਜਾਕੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਖੋਜ ਕਰਕੇ ਨਤੀਜੇ ਕੱਢੇ ਹਨ ਕਿ ਫਲਾਣੇ-ਫਲਾਣੇ ਨੇ ਇਹ ਕੰਮ ਕੀਤੇ ਸਨ ਤਾਂ ਉਹ ਸਵਰਗ ਵਿੱਚ ਵਾਸਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਮੁੱਕਤੀ ਤੇ ਵੀ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਫਲਾਣਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਸ ਪੁਨਰਜਨਮ ਅਤੇ ਚੁਰਾਸੀ ਲੱਖ ਜੂਨਾਂ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਉਹ ਮੁਕਤੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, ਜੀਵ ਜੰਤੂ, ਜਾਨਵਰ, ਬੈਕਟੀਰੀਆਂ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਜੀਵਨ ਗੁਜ਼ਾਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਨਰਕ, ਸਵਰਗ ਅਤੇ ਮੁਕਤੀ ਸਥਾਨ ਕਿੱਥੇ ਹਨ? ਜਦੋਂ ਕਿ ਸਾਇੰਸਦਾਨਾਂ ਨੇ ਰਾਕਟਾਂ ਰਾਹੀ ਪੁਲਾੜ ਗਾਹ ਮਾਰਿਆ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਜੇ ਤੱਕ ਇਹ ਸਵਰਗ, ਨਰਕ ਅਤੇ ਮੁਕਤੀ ਵਾਲੀਆਂ ਧਰਤੀਆਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀਆਂ। ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵੱਖਰੇ-ਵੱਖਰੇ ਧਰਮਾਂ ਦੇ ਗੁਰੂ, ਪੀਰ, ਪੈਗੰਬਰ ਤਾਂ ਰੱਬ ਦੇ ਖਾਸੋ-ਖਾਸ ਇਨਸਾਨ ਸਨ। ਇਨਸਾਨੀ-ਜਾਮਾ ਛੱਡ ਕੇ ਉਹ ਹੁਣ ਕਿਥੇ ਹਨ? ਕੀ ਕਦੇ ਉਹਨਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇਨਸਾਨੀ ਚੋਲਾ ਛੱਡ ਕੇ ਉਹ ਹੁਣ ਇੱਥੇ ਨਿਵਾਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਜੀਵਨ ਜੀਅ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਦਲੀਲਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਹ ਗੱਲ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਤੱਕ ਇੱਕ ਵੀ ਕੇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਾਹਮਣੇ ਨਹੀਂ ਆਇਆ ਜੋ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਤਰਕ ਦੀ ਕਸਵੱਟੀ ਤੇ ਠੀਕ ਉਤਰਿਆ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਹ ਇਨਸਾਨ ਪਹਿਲੇ ਜਨਮ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸੀ? ਕਿਹੜੀ ਜੂਨ ਭੋਗ ਰਿਹਾ ਸੀ? ਦੇਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਅਗਰ ਅਸੀਂ ਕਹੀਏ ਕਿ ਕਿਸੇ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਮਾਰਨਾਂ

ਪਾਪ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਨਰਕ ਦੇ ਭਾਗੀਦਾਰ ਹੋਵਾਂਗੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਸਾਰੇ ਮਾਸ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਜਾਨਵਰ ਜਿਵੇਂ ਸ਼ੇਰ, ਚੀਤਾ, ਬਘਿਆੜ ਆਦਿ ਨਰਕ ਵਿੱਚ ਹੀ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਉਹ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਲੋਕੀ ਵੀ ਜੋ ਮਾਸਾਹਾਰੀ ਹਨ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਕੀਟਾਣੂੰ ਹਨ ਜੋ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅੱਖ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਜੋ ਕਿ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲਾਂ ਅਤੇ ਦਾਲਾਂ ਦੇ ਪੌਦਿਆਂ ਨਾਲ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸੋ ਇਸ ਲਿਹਾਜ਼ ਨਾਲ ਤਾਂ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਵੀ ਨਰਕ ਦੇ ਭਾਗੀਦਾਰ ਹੋਣਗੇ। ਇਵੇਂ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਕਿ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਜੀਵ ਜੰਤੂ, ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਇਨਸਾਨ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਖਾ ਰਹੇ ਹਨ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਉਹ ਜੀਉਂਦੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਸੋ ਸਾਰੀ ਕਾਇਆਨਤ ਹੀ ਨਰਕ ਦੀ ਵਾਸੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਤਰਕ ਤੇ ਪੁਨਰ-ਜਨਮ ਨਰਕ, ਸਵਰਗ, ਮਾੜੇ, ਚੰਗੇ ਕਰਮਾਂ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਦਾ ਕੋਈ ਵਜ਼ਨ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ। ਹਾਂ, ਧਰਮ ਦੇ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਦਾ ਪੇਟ ਜ਼ਰੂਰ ਭਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਇਹ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੀਆਂ, ਦਿਲ ਪ੍ਰਚਾਵੇ ਵਾਲੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨਾਲ ਚੱਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਾਰੇ ਵਰਤਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਤਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਹੈ ਸਗੋਂ ਦਿਮਾਗੀ ਖੁੰਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਫੁਲਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਵੀ ਰੋਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਾਜਿਸ਼ ਨੂੰ ਨੰਗਿਆਂ ਕਰਨਾਂ ਇਨਸਾਨੀ ਫਰਜ਼ ਹੋ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹ ਖੋਖਲੇ ਸਿਧਾਂਤ ਆਪਣੀਆਂ ਜਾਦੂਗਰੀਆਂ ਨਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡਰਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਨਾ ਕਰਨ।

ਇਸ ਖੂਬਸੂਰਤ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਇਹਦੇ ਦਿਸਹੱਦਿਆਂ ਤਕ ਮਾਣਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਇਸ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੀ ਵਿਸ਼ਾਲਤਾ ਨੂੰ ਨਿਹਾਰਿਆ ਜਾਵੇ। ਗਿਆਨ, ਵਿਗਿਆਨਕ ਤਾਂ ਹੀ ਬਣਦਾ ਹੈ ਅਗਰ ਉਹ ਤਰਕ ਦੀ ਕਸਵੱਟੀ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਸੋਚ ਦੇ ਮੇਚ ਦਾ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਮਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸੁਖਦਾਈ ਅਤੇ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾ ਕੇ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਘਾਪਾ ਅਤੇ ਗੁਨਾਹ ਹੋਵੇਗਾ।

ਜੀਉਣ ਦੇ ਤੱਤ

ਵਾਰਿਨ ਬੱਫਟ (WARREN BUFFET) ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਚੋਟੀ ਦੇ ਅਮੀਰ ਅਦਮੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਵਾਰਿਨ ਨੇ 31 ਬਿਲੀਅਨ ਡਾਲਰ ਚੈਰੀਟੀ ਨੂੰ ਦਾਨ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਉਹਨੇ ਆਪਣੀ ਸੀ. ਐਨ. ਬੀ. ਸੀ ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ ਤੇ ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਤੇ ਜੋ ਕੁੱਝ ਦੱਸਿਆ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਲਾਹੇਵੰਦ ਤਾਂ ਹੋ ਈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਸਗੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਵਾਰੇ ਅਗਵਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸ਼ਾਇਦ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਕੜਵੀਆਂ ਸੱਚਾਈਆਂ ਮਹਾਨ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨੀਆਂ ਤੋਂ ਹੀ ਸਿੱਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਉ ਵਾਰਿਨ ਬੱਫਟ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਤੋਂ ਕੁੱਝ ਸਿਖੀਏ:

- ਵਾਰਿਨ ਅਜੇ ਸਿਰਫ 11 ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦਾ ਹੀ ਸੀ ਜਦੋਂ ਉਹਨੇ ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ ਲਈ ਪਹਿਲਾ ਸ਼ੇਅਰ ਖ੍ਰੀਦਿਆ ਸੀ ਯਾਨੀ ਭਵਿੱਖ 'ਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੈਸੇ ਬਣ ਸਕਣ ਉਹਦੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਥੋੜੀ ਪੂੰਜੀ ਲਾਈ ਸੀ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬੜੀਆਂ ਸਸਤੀਆਂ ਸਨ ਪਰ ਉਹਦੇ ਤਜ਼ੁਰਬੇ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਔਲਾਦ ਨੂੰ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੈਸੇ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ ਕਰਨ ਵਲ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਹੀ ਲਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਵਾਰਿਨ ਨੇ 14 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਬਚਾਏ ਹੋਏ ਪੈਸਿਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਫਾਰਮ ਖ੍ਰੀਦ ਲਿਆ ਜੋ ਉਹਨੇ ਅਖਬਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਟਣ ਦੇ ਕੰਮ ਤੋਂ ਬਚਾਏ ਸਨ।

  ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਸਬਕ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਪੂੰਜੀ ਨਾਲ ਹੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾ ਖ੍ਰੀਦੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵੇਚਣ ਤੇ ਕਾਫੀ ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਹ ਵੀ ਸਬਕ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਵਿਉਪਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।
- ਵਾਰਿਨ ਅੱਜ ਵੀ ਆਪਣੇ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਤਿੰਨ ਸੌਣ ਵਾਲੇ ਕਮਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਿਡ-ਟਾਊਨ ਉਮਾਰਾ ਵਿਖੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਘਰ ਉਹਨੇ ਉਸ ਵੇਲੇ ਲਿਆ ਸੀ ਜਦ 50 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹਨੇ ਵਿਆਹ ਕਰਾਇਆ ਸੀ। ਵਾਰਿਨ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਘਰ ਵਿੱਚ ਉਸ ਕੋਲ ਉਹ ਸਭ ਕੁੱਝ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹਦੇ ਘਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨਾ ਤਾਂ ਕੋਈ ਚਾਰ ਦੀਵਾਰੀ ਵਾਲੀ ਕੰਧ ਹੀ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਹਨੂੰ ਕਿਸੇ ਫਿਸ ਨਾਲ ਵਗਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਹ ਸਬਕ ਸਿੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਸਿਰਫ ਉਹ ਹੀ ਖ਼ਰੀਦੋ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਨਾ ਖ਼ਰੀਦੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੋਚਣੀ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੀ ਬਣਾਉ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

- ਵਾਰਿਨ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਆਪ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਨਾ ਤਾਂ ਉਹਦੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਕਾਰ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਡਰਾਈਵਰ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਹਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇਣ ਲਈ ਕੋਈ ਬਾਡੀ ਗਾਰਡ ਜਾਂ ਸਕਿਉਰਿਟੀ ਗਾਰਡ ਹੈ।

  ਇਸ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਹੀ ਹੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹੋ, ਆਪਣੇ ਹੋਰ ਖੰਭ ਖਿਲਾਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ।
- ਵਾਰਿਨ ਕਦੇ ਵੀ ਨਿੱਜੀ ਹਵਾਈ ਜ਼ਹਾਜ਼ ਰਾਹੀਂ ਯਾਤਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਜਦੋਂ ਕਿ ਉਹ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਹਵਾਈ ਜ਼ਹਾਜ਼ਾ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਮਾਲਕ ਹੈ।

  ਇਸ ਤੋਂ ਇਹ ਸਿੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਥੋੜੇ ਪੈਸਿਆਂ ਨਾਲ ਯਾਨਿ ਸੰਕੋਚ ਅਤੇ ਸੰਜਮ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪੂਰਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਵਾਰਿਨ ਦੀ ਕੰਪਨੀ - ਬਰਕਸ਼ਾਇਰ ਹਾਥਅਵੇਅ (BERKSHIRE HATHAWAY) 63 ਕੰਪਨੀਆਂ ਦਾ ਸਮੂਹ ਹੈ। ਵਾਰਿਨ ਇਹਨਾਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਮੁਖੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਸਾਲ 'ਚ ਇੱਕ ਚਿੱਠੀ ਲਿਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਚਿੱਠੀ ਵਿੱਚ ਉਸ ਸਾਲ ਦੇ ਟੀਚੇ ਮਿਥੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਵਾਰਿਨ ਨਾ ਤਾਂ ਕਦੇ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਬੁਲਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਹਨਾ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਫੋਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

  ਇਸ ਤੋਂ ਸਿੱਖਿਆ ਇਹ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨੌਕਰੀ ਮੁਤਾਬਿਕ ਯੋਗ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਨਿਯੁਕਤੀ ਕਰੋ।
- ਵਾਰਿਨ ਨੇ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਮੁਖੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਦੋ ਸਿਧਾਂਤ ਦਿੱਤੇ ਹਨ।

(1) ਕਦੇ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪੈਸਾ ਘਾਟੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਉਹ ਪੈਸਾ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਪਨੀ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ।

(2) ਉੱਪਰਲਾ ਸਿਧਾਂਤ ਕਦੇ ਵੀ ਨਾ ਭੁਲਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਹ ਸਬਕ ਸਿੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਟੀਚੇ ਮਿਥ ਲਏ ਜਾਣ ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਸਾਰਾ ਧਿਆਨ ਬੱਸ ਉਸ ਟੀਚੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੇ ਹੀ ਕੇਂਦਰਤ ਰਹੇ

- ਵਾਰਿਨ ਕਦੇ ਵੀ ਵੱਡੇ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਹਾਈ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੀ ਭੀੜ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਗਿਲਦਾ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਟੀ. ਵੀ. ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਛੱਲੀਆਂ ਦੇ ਦਾਣੇ ਭੁੰਨਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਪਾਠ ਇਹ ਸਿੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਿਖਾਵਾ ਬਿਲਕੁਲ ਨਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜੋ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਹੋ, ਬਸ ਉਹ ਹੀ ਰਹੋ ਅਤੇ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰੋ ਜੋ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਅਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹੋ।

- ਵਾਰਿਨ ਕਦੇ ਵੀ ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਹਦੇ ਡੈਸਕ ਤੇ ਕੋਈ ਕੰਪਿਊਟਰ ਹੈ।
- ਬਿਲ ਗੇਟਸ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਚੋਟੀ ਦਾ ਅਮੀਰ ਆਦਮੀ ਉਹਨੂੰ ਸਿਰਫ ਪੰਜ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਮਿਲਿਆ ਸੀ। ਉਹਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਸੀ ਕਿ ਵਾਰਿਨ ਬੱਫਟ ਨਾਲ ਉਹਦੀ ਮੀਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਉਹਨੇ ਸਿਰਫ ਅੱਧੇ ਘੰਟੇ ਲਈ ਆਪਣੀ ਮੀਟਿੰਗ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਪਰ ਜਦ ਬਿਲ ਗੇਟਸ ਉਹਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਤਾਂ ਉਹ ਵਾਰਿਨ ਕੋਲ 10 ਘੰਟੇ ਬੈਠਾ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਦਾ ਪੱਕਾ ਮੁਰੀਦ ਬਣ ਗਿਆ।

ਵਾਰਿਨ ਬੱਫਟ ਦੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਨਸੀਹਤ ਹੈ :

- ਬੈਂਕ ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ 'ਚ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰੋ ਕਿਉਂਕਿ:
- ਧਨ-ਦੌਲਤ ਨੇ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਸਗੋਂ ਇਹ ਇਨਸਾਨ ਹੀ ਹੈ ਜਿਹਨੇ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।
- ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਸਾਦਾ ਜੀਵਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸਾਦਾ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ।
- ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣੋ ਜ਼ਰੂਰ ਪਰ ਉਹ ਨਾ ਕਰੋ ਜੋ ਉਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਸਗੋਂ ਕਰੋ ਉਹ ਹੀ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।
- ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਨਾਵਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਵੱਲ ਦੌੜ ਨਾ ਲਾਉ, ਸਗੋਂ ਉਹ ਹੀ ਕੱਪੜੇ, ਜੁੱਤੇ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾ ਪਹਿਨੋਂ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਫਜ਼ੂਲ ਚੀਜ਼ਾ ਤੇ ਆਪਣਾ ਧਨ ਬਿਲਕੁਲ ਨਾ ਬਰਬਾਦ ਕਰੋ ਸਗੋਂ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੇ ਪੈਸਾ ਖਰਚੋ ਜੋ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।
- ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਗੱਲ ਹੈ ਵੀ ਠੀਕ ਕਿ ਇਹ ਜਿੰਦਗੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਹਦਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚਾਲਕ ਕਿਉਂ ਬਣੇ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਹਦਾ ਮੌਕਾ ਵੀ ਕਿਉਂ ਦੇਵੋ।
- ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਭਾਵੇਂ ਬਹੁਤ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾ ਹੋਣ ਪਰ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਸਬਰ ਸੰਤੋਖ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹੁਣ ਕੁੱਝ ਗੱਲਾਂ ਮੈਂ ਜ਼ੋਰਜ਼ ਵਾਸ਼ਿਗਟਨ ਜੋ ਕਿ ਅਮੀਰਕਾ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੀ, ਦੀਆਂ ਵੀ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾਂ ਚਾਹੁੰਦਾ। ਜ਼ੋਰਜ਼ ਵਾਸ਼ਿਗਟਨ ਦੀ ਜੀਵਨੀ

ਜੋਸਫ ਈਲਸ (JOSEPH ELLIS) ਨੇ ਲਿਖੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਕਰ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ੋਰਜ਼ ਵਾਸ਼ਿਗਟਨ ਨੇ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਸੀ ਅਤੇ ਉਸ ਸੂਚੀ ਦਾ ਨਾਂ ਸੀ: ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਮਿਲਾਪ ਅਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਵੇਲੇ ਸਾਊ ਅਤੇ ਸੱਭਿਅਕ ਵਰਤਾਵ ਰੱਖਣ ਦੇ ਨਿਯਮ (Ruels of civility and decent behaviour in company and conversation) ਲੇਖਕ ਐ. ਜੇ. ਜੇਕੋਬ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਨਿਯਮ ਅਸਲ ਵਿਚ ਫਰੈਂਚ ਜੇਸੂਇਟ (French jesuit) ਨੇ 16ਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿਚ ਲਿਖੇ ਸਨ ਅਤੇ ਜ਼ੋਰਜ਼ ਵਾਸ਼ਿਗਟਨ ਨੇ ਬੜੀ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਨੋਟਬੁੱਕ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਲੀਕਿਆ ਸੀ। ਲੇਖਕ ਜੇਕੋਬ (Jacob) ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ : ਦਾ ਗਿਨੀ ਪਿਗ ਡਾਈਰੀਜ਼ (The guinea pig diaries) ਵਿੱਚ ਲਿਖਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੁੱਲ 110 ਨਿਯਮ ਹਨ ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਮੈਂ ਕੁੱਝ ਕੁ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿਉਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਢੁੱਕਵੇਂ ਹਨ।

- ਲਿਸਟ ਵਿੱਚ ਇਹ 49ਵਾਂ ਨਿਯਮ ਹੈ ਕਿ ਕਦੇ ਵੀ ਬਦਤਮੀਜ਼ੀ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨਾ ਬੋਲੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਰਾਪਿਆ ਅਤੇ ਧਰਕਾਰਿਆ ਜਾਵੇ।

ਇਸ ਨਿਯਮ ਨੂੰ ਅਗਰ ਅਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਜਾਂ ਭਾਰਤੀ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਗੱਲ ਬਹੁਤੇ ਸਾਧਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਨੇਤਾਵਾਂ ਤੇ ਵੀ ਢੁੱਕਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕੀਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ ਉਹਦਾ ਮਖੌਲ ਉਡਾ ਕੇ ਮਜ਼ਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

- ਕਿਸੇ ਦੀ ਖੁਸ਼ਾਮਦ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ-ਜੋਲ ਨਾ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਜੋ ਖੁਸ਼ਾਮਦ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਕਰਵਾ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (17 ਨਿਯਮ) ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿ ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੀ ਹੈ ਕਿ ਖੁਸ਼ਾਮਦ ਕਰਾਉਣਾ ਇਨਸਾਨੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਹੈ। ਆਮ ਕਰਕੇ ਖੁਸ਼ਾਮਦੀਆਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਿਆਸੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਵੀ ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਖੁਸ਼ਾਮਦੀ ਲੋਕ ਸਿਆਸਤ ਦੇ ਡੰਡਿਆਂ ਉੱਪਰ ਜਲਦੀ ਛੜੱਪਾ ਮਾਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜਿਹੜੇ ਸੱਚ ਦਾ ਪੱਲਾ ਫੜੀ ਰਖਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜਲਦੀ ਹੀ ਪੱਤਾ ਸਾਫ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਸੱਚ ਆਖਰਕਾਰ ਇੱਕ ਦਿਨ ਬਾਹਰ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਉਹਦੀ ਜੈ-ਜੈ ਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ ਕਿਸੇ ਦੀ ਬੁਰਾਈ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਬੇਇਨਸਾਫੀ ਹੈ (ਨਿਯਮ 89)

ਇਹ ਵਰਤਾਰਾ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਆਮ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ। ਵੱਡੀਆਂ

ਨੌਕਰੀਆਂ ਅਤੇ ਰੁਤਬਿਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, ਆਪਣੇ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਦਾ ਅਕਸਰ ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ ਮਾਖੌਲ ਉਡਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਹੁਣ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਉ ਕਿ ਇਹ ਨੇਤਾ ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਸੇਧ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਗਰ ਵਿਰੋਧੀ ਵਿੱਚ ਸਦਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਚੰਗਾ ਇਖਲਾਕ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਦੇ ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਉਹਦੇ ਇਹਨਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਉਹਦੇ ਸਾਹਮਣੇ, ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇਕੱਠ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ ਵੀ ਤਾਰੀਫ ਕੀਤੀ ਹੈ? ਇਸ ਨਿਯਮ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅਗਰ ਸਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਨੁਕਤਾਚੀਨੀ ਕਰਨੀ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਉਹਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣਾ ਪੱਖ ਵੀ ਦੱਸ ਕੇ ਗੱਲ ਦਾ ਨਿਤਾਰਾ ਕਰ ਸਕੇ।

- ਦਿਖਾਵੇ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾਵੇ ਪਰ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹਨ, ਉਸ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਨਾ ਮੋੜਿਆ ਜਾਵੇ (ਨਿਯਮ 25)

ਅਸੀਂ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਝੂਠੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਉਹ ਲੋਕ ਉਸ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਦੇਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਵਰਤਾਰੇ ਲਈ ਕਿੰਨ੍ਹੇ ਲੋਕ ਤੜਫਦੇ ਹਨ? ਅਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰੇਟ ਦੀਆਂ ਡਿਗਰੀਆਂ ਦੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਸਕੂਲੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵੀ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਕਈ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਇੱਜ਼ਤ ਮਾਣ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬਾਤ ਤਕ ਨਹੀਂ ਪੁੱਛੀ ਜਾਂਦੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪੈਸੇ ਦੇ ਕੇ ਕਈ ਖਿਤਾਬ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਗਰਜ਼ਾਂ ਕਰਕੇ ਇਹ ਖਿਤਾਬ ਦਿੱਤੇ ਵੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

- ਆਪਣੀ ਜ਼ਮੀਰ ਨੂੰ ਵੇਚੋ ਨਾ ਸਗੋਂ ਇਹਦੀ ਲਾਟ ਨੂੰ ਜਗਦਿਆਂ ਰੱਖੋ (ਲਿਸਟ ਵਿਚਲਾ ਇਹ 10ਵਾਂ ਨਿਯਮ ਹੈ)

ਆਪਣੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਰਤਾਰੇ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਐਸੇ ਲੋਕ ਹਨ ਜੋ ਆਪਣੀ ਜ਼ਮੀਰ ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਜਿਹੜੇ ਝੱਟ ਆਪਣੀ ਜ਼ਮੀਰ ਨੂੰ ਵੇਚ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਸੱਚੀ ਨੂੰ ਸੱਚੀ ਅਤੇ ਝੂਠੀ ਨੂੰ ਝੂਠੀ ਗੱਲ ਕਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਵੀ ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ।

ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ੋਰਜ਼ ਵਾਸ਼ਿਗਟਨ ਨੇ ਸਿਰਫ ਇਹਨਾਂ ਪੰਜਾਂ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਹੀ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਪਾਲਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਸਗੋਂ ਬਾਕੀ ਦੇ 105 ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ ਚਾਲ ਦਾ ਇੱਕ ਅਨਿਖੜਵਾਂ ਅੰਗ ਬਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਕੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਅਤੇ ਤਵਾਰੀਖ ਵਿਚੋਂ ਐਸੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਜ਼ੋਰਜ਼ ਵਾਸ਼ਿਗਟਨ ਵਾਂਗ ਮਸਾਲੀ ਜੀਵਨ ਜੀਉਂਦੇ ਰਹੇ ਸਨ।

ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਸੋਚ

ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵੱਲ ਕੋਈ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਮਿਸਾਲ ਲਈ ਕਾਮੇ ਅਕਸਰ ਇਹ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਲਕ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਆਹੇ ਜੋੜੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਾਥੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਕੁੱਝ ਬੱਚੇ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਤੇ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਉੱਤਰਨਗੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਜੇ ਅਸੀਂ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ ਕਰੀਏ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ।

ਅੱਜ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਲੋਕ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੀ ਦਿਲੋਂ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕੋਈ ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੇ ਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਸੁਆਰਥੀ, ਨਾ-ਸ਼ੁਕਰੇ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼-ਘਾਤੀ ਹਨ। ਇਤਿਹਾਸ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਮਿਸਾਲਾਂ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਪਿਆ ਹੈ। ਅਗਰ ਉਹਨਾਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼-ਘਾਤੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾਂ ਨਾ ਕੀਤੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ 1857 ਵਿੱਚ ਆਜ਼ਾਦੀ ਮਿਲ ਜਾਣੀ ਸੀ। ਟੀਪੂ ਸੁਲਤਾਨ ਦਾ ਰਾਜ ਨਾ ਖੁਸਦਾ ਅਤੇ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦਾ ਰਾਜ ਕਾਫੀ ਦੇਰ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦਾ। ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚੋਂ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਉਦਾਹਰਣਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ: "ਘਰ ਦਾ ਭੇਤੀ ਲੰਕਾਂ ਢਾਹੇ।"

ਬਾਪੂ ਦੇ ਤਿੰਨ ਬਾਂਦਰ : ਬੁਰਾ ਨਾ ਦੇਖੋ, ਬੁਰਾ ਨਾ ਸੁਣੋ ਅਤੇ ਬੁਰਾ ਨਾ ਬੋਲੋ! ਵੀ ਇਹ ਗੱਲ ਹੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਚੰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਵਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਅਤੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਇਦ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੱਲ ਇੱਕ ਉਂਗਲੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਬਾਕੀ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਸਾਡੇ ਵਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਕਹਾਵਤ : 'ਆਪਣੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਥੱਲੇ ਸੋਟਾ ਫੇਰਨਾ, ਵੀ ਇਸੇ ਗੱਲ ਦੀ ਤਰਜ਼ਮਾਨੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਇਨਸਾਨ ਵਰਗਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਧੀਰਜ ਨਾਲ ਪੱਥਰਾਂ ਦੇ ਢੇਰ ਵਿਚੋਂ ਕੀਮਤੀ ਹੀਰਿਆਂ ਨੂੰ ਤਲਾਸ਼ਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਖੋਦਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਹੀਰਾ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਬੜਾ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਣਘੜ ਹੀਰਾ ਪਹਿਲਾਂ-ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਮਤੀ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਪਰ ਖੋਦਣ ਵਾਲਾ ਇਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਪਛਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਹੋਰਾਂ ਦੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਚੰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਮਨ ਬਾਗੋ-ਬਾਗ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਹਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸੰਵਾਰੇਗਾ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਵੀ ਉਹਦੀਆਂ

ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕ ਚੰਗੀ ਥਾਂ ਬਣਾ ਲਵਾਂਗੇ। ਕਿਸੇ ਆਪਣੇ ਕਾਮੇ ਦੀ ਤਾਰੀਫ ਕਰਕੇ ਦੇਖੋ, ਉਹ ਕੰਮ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਵਫ਼ਾਦਾਰ ਵੀ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮੁਫ਼ਤੋ-ਮੁਫ਼ਤੀ ਹੋਰਾਂ ਕੋਲ ਵਧੀਆ ਨੁਮਾਇਸ਼ ਵੀ ਲਾਵੇਗਾ। ਸਾਡੇ ਤਾਰੀਫ਼ ਨਾਲ ਤਾਲੋ-ਤਾਲ ਲਫ਼ਜ਼ ਦੂਸਰੇ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਤਾਜ਼ਗੀ ਨਾਲ ਭਰ ਦੇਣਗੇ ਅਤੇ ਉਹ ਸਦਾ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਤੋਂ ਗਿਰਾ ਨਾ ਲਵੇ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਕਿਸੇ ਦਾ ਹੱਕ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਹਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ, ਚੰਗੇ ਬੋਲਾਂ ਦੀ ਭਲਾ ਕੰਜੂਸੀ ਕਿਉਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਅੱਜ ਦੀ ਨਾਸ਼ੁਕਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੀ ਕਦਰ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਵੈਸੇ ਵੀ ਸਾਰੇ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁੱਝ ਬੁਨਿਆਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਪਿਆਰ, ਕਦਰ ਕਰਨੀ, ਸੁਰਿਅਖਤਾ, ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਗੱਲ ਸੁਣਨੀ ਆਦਿ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜਦ ਕੁੱਝ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਡਾਵਾਂਡੋਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਉਹਦਾ ਘਾਪਾ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਸੇ-ਪਾਸੇ ਹੱਥ ਮਾਰਦੇ ਹਾਂ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਹਦਾ ਹੌਂਸਲਾ ਵੱਧਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਮਨੋਬਲ ਉੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਢਹਿੰਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਦੂਰ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਲਈਏ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚੰਗੇ ਗੁਣ ਦੇਖੀਏ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਰੁੱਖ ਹੀ ਬਦਲ ਜਾਵੇਗਾ।

ਨਾਮਵਰ ਪੰਜਾਬੀ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਟੀ. ਆਰ. ਸ਼ਰਮਾ ਪਟਿਆਲਾ ਲਿਖਦੇ ਹਨ ਕਿ : ਇੱਕ ਦਿਨ ਸ਼ੇਖ ਸਾਅਦੀ ਦੁਪਿਹਰ ਵੇਲੇ ਬਲਦੀ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਨੰਗੇ ਪੈਰ ਸੜਕ ਉੱਤੇ ਤੁਰਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਪੈ ਰਹੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਉਪਰੋਂ ਸਿਰ ਨੂੰ ਸਾੜ ਰਹੀਆਂ ਸਨ ਤੇ ਥੱਲੇ ਗਰਮ ਪਈ ਰੇਤ ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਭੁੰਨ ਰਹੀ ਸੀ। ਸ਼ੇਖ ਸਾਅਦੀ ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਨੂੰ ਕੋਸ ਰਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਉਸ ਕੋਲ ਜੁੱਤੀ ਲੈਣ ਜੋਗੇ ਵੀ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਤੁਰੇ ਜਾਂਦੇ ਸਾਅਦੀ ਦੀ ਨਿਗ੍ਹਾ ਇੱਕ ਲੂਲ੍ਹੇ ਤੇ ਪਈ ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਦੋਨੋਂ ਲੱਤਾਂ ਬੇਕਾਰ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਸਨ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਰਨ ਤੋਂ ਵੀ ਅਸਮਰਥ ਸੀ। ਇਹ ਦੇਖ ਕੇ ਸਾਅਦੀ ਸੋਚਣ ਲੱਗਾ ਕਿ ਉਹਦੇ ਕੋਲ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਤੁਰਨ ਲਈ ਲੱਤਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰ ਤਾਂ ਹਨ। ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਬੜੀ ਗਹਿਰੀ ਫਿਲਾਸਫੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਸੰਤੋਖ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਵਰਨਾ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਦਨਸੀਬ ਕਹਿ-ਕਹਿ ਕੇ ਦੁੱਖੀ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਾੜਾ ਮੋਟਾ ਵੀ ਪੜ੍ਹਨਾ ਲਿਖਣਾ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 30 ਕਰੋੜ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗੇ ਹੋ, ਜੋ ਬਿਲਕੁੱਲ ਹੀ ਨਿਰਅੱਖਰ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਛੋਟਾ-ਮੋਟਾ ਵੀ ਕੋਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 35 ਕਰੋੜ ਇਨਸਾਨਾਂ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੋ ਜੋ ਦਿਹਾੜੀਆਂ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿੱਚ ਮਾਰੇ-ਮਾਰੇ ਫਿਰਦੇ

ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੂਹ, ਹੈਂਡਪੰਪ ਜਾਂ ਟੂਟੀ ਦਾ ਪਾਣੀ-ਪੀਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਕਰੋੜ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨੀ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗੇ ਹੋ, ਜਿਹੜੇ ਮੁਸਾਫਿਰ ਖਾਨਿਆਂ, ਬੱਸ ਅੱਡਿਆਂ ਜਾਂ ਸੜਕ ਕਿਨਾਰੇ ਬਣੀਆਂ ਪਟੜੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਘਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਚੰਗੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ 10 ਲੱਖ ਰੋਗੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਚੰਗੇ ਹੋ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹਫਤੇ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਦਮ ਤੋੜ ਦੇਣਾ ਹੈ। "ਸਿਹਤ ਦੇ ਸੁੱਖ ਬਾਰੇ ਜਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕਰਮਯੋਗੀ ਲਿਖਦਾ ਹੈ ਕਿ : ਬੈਂਕਾਕ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਉਸ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਮਿਲ ਚੁੱਕਾ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਨੇ ਕਿਸੇ ਪੰਡਿਤ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸੁੱਖੀ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਖੱਬੇ ਹੱਥ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਉਂਗਲਾਂ ਵਿੱਚ 17-17 ਲੱਖ ਦੇ ਨਗਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਤਿੰਨ ਮੁੰਦਰੀਆਂ ਪਹਿਨੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ। ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਹਾਰਾਜਾ ਪਟਿਆਲਾ ਆਪਣੇ ਸੁੱਖ ਲਈ ਜਿਹੜੀ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਂਦਾ ਸੀ, ਉਸਦੇ ਇੱਕ ਪੈੱਗ ਦੀ ਕੀਮਤ ਲੱਗਭਗ 5000 ਰੁਪਏ ਹੁੰਦੀ ਸੀ"। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਦੀਵਾਨ ਜਰਮਨੀ ਦਾਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ, "ਮਹਾਰਾਜਾ" ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਰਾਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾਂ ਦੇ ਕੱਚੇ ਚਿੱਠੇ ਵੀ ਛਾਪੇ ਹਨ ਕਿ ਸਟੇਟ ਦੀ 85 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਦੌਲਤ ਇਹ ਆਪਣੀਆਂ ਅਯਾਸ਼ੀਆਂ ਤੇ ਬਰਬਾਦ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਰਾਜੇ, ਮਹਾਰਾਜੇ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾਂ ਕਰਦੇ ਸਨ ਤਾਂ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਖ਼ਸ਼ੀਅਤਾਂ ਦਾ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਆਮ ਲੋਕਾਈ ਕੋਲ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸਨ। ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਬਹੁਤੇ ਅਮੀਰ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਨਰੋਈ ਸਿਹਤ ਹੋਵੇ।

ਜਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕਰਮਯੋਗੀ ਲਿਖਦਾ ਹੈ ਕਿ : ਤੁਸੀਂ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਨਾਲ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆਰਕੀਟੈਕਟ ਮੰਗਵਾ ਕੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਕੋਠੀ ਬਣਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਉਸ ਮਕਾਨ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਵਰਗਾ ਸੁੱਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ।

- ਤੁਸੀਂ ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਰੁਤਬੇ ਨਾਲ ਮਨਚਾਹੀ ਔਰਤ ਜਾਂ ਮਰਦ ਨਾਲ ਸ਼ਾਦੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਪਰ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਉਸ ਔਰਤ ਜਾਂ ਮਰਦ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਸੰਤਾਨ ਤੋਂ ਵੀ ਸੁੱਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕੇ।
- ਤੁਸੀਂ ਕੀਮਤੀ ਪਲੰਘ ਅਤੇ ਬਿਸਤਰਾ ਤਾਂ ਖ਼ਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ ਪਰ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੀਂਦ ਦਾ ਅਸਲ ਸੁੱਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕੇ।
- ਤੁਸੀਂ ਪੈਸੇ ਨਾਲ ਦੇਸ਼ ਵਿਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਵਿਟਾਮਿਨ, ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਅਤੇ ਆਇਰਨ ਆਦਿ ਦੇ ਕੈਪਸੂਲ ਤਾਂ ਖ਼ਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਗੁਰਦੇ, ਗੋਡਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚੱਪਣੀਆਂ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਅੰਗ ਵੀ ਫਿਟ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਦਿਲ ਦੀ ਬਾਈਪਾਸ ਸਰਜਰੀ ਵੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਪਰ ਪੈਸੇ ਨਾਲ ਕੁਦਰਤੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਸੁੱਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।
- ਜੇ ਸਾਡੀਆਂ ਗਿਆਨ-ਇੰਦਰੀਆਂ ਅਤੇ ਨਰਮ-ਇੰਦਰੀਆਂ-ਅੱਖ, ਨੱਕ, ਕੰਨ,

ਜੀਭ, ਚਮੜੀ, ਮੂੰਹ, ਲਿੰਗ ਅਤੇ ਗੁੱਦਾ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹਨ, ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਤੀ ਹੈ, ਬੁੱਧੀ ਵਿੱਚ ਹੰਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਸੁੱਖ ਹੀ ਸੁੱਖ ਹੈ।"

ਇਹ ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਕਿੰਨੇ ਬਿਹਤਰ ਹਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ। ਨਾ ਤਾਂ ਹੁੰਦੇ-ਸੁੰਦੇ ਉਹ ਖਾ-ਪੀ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾਂ ਹੀ ਚੰਗੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨ ਕੇ ਕਿਤੇ ਬਾਹਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਗਰ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸੋਨੇ ਦੀਆਂ ਇੱਟਾਂ ਅਤੇ ਸੋਨੇ ਦੇ ਬਿਸਕੁਟ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੇਟ ਦੀ ਭੁੱਖ ਮਿਟਾਉਣ ਲਈ ਖਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਜਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕਰਮਯੋਗੀ ਸੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ :-

- ਜਿਹੜਾ ਸਰੀਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਸੰਪੂਰਨ ਹੋਵੇ, ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਖੁੱਦ ਕਰ ਸਕੇ ਅਤੇ ਬੁਢਾਪੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਿਸੇ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਾ ਹੋਵੇ।
- ਗਹਿਰੀ ਨੀਂਦ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ।
- ਸਾਰੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਆਪੋ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਰਦੀਆਂ ਹੋਣ। ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਮਲਮੂਤਰ ਦਾ ਤਿਆਗ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੋਵੇ।
- ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਅਥਾਹ ਸ਼ਕਤੀ, ਚੁਸਤੀ-ਫੁਰਤੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਚਿਹਰੇ ਅਥਵਾ ਚਮੜੀ ਤੇ ਖਾਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਚਮਕ ਹੋਵੇ।
- ਜਿਸ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਭੁੱਖ ਲੱਗਦੀ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਹਜ਼ਮ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ।" ਸੋਵੀਅਤ ਯੂਨੀਅਨ ਦਾ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਲੇਖਕ ਮੈਕਸਿਸ ਗੋਰਕੀ ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦ ਅਮਰੀਕਾ ਗਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਸੰਸਕਾਂ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਇੱਕ ਖਾਹਿਸ਼ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਅਮੀਰ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਹੋ ਗਿਆ ਪਰ ਉਸ ਅਮੀਰ ਆਦਮੀ ਨੇ ਸਿਰਫ ਪੰਜ ਮਿੰਟ ਹੀ ਦਿੱਤੇ। ਮੀਟਿੰਗ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਉਸ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਗੋਰਕੀ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਖਾਦਾ ਹੈ? ਤਾਂ ਉਹਨੇ ਜੁਆਬ ਦਿੱਤਾ: "ਇੱਕ ਕੱਪ ਬੈੱਡ ਟੀ, ਨਾਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਅੱਧਾ ਕੱਪ ਸੰਤਰੇ ਦਾ ਜੂਸ, ਤੇ ਇੱਕ ਟੋਸਟ। ਲੰਚ ਵਿੱਚ ਅੱਧਾ ਬਾਉਲ ਚਿਕਨ ਸੂਪ ਬਿਨਾਂ ਨਮਕ ਮਿਰਚ ਤੋਂ ਅਤੇ ਇੱਕ ਬਰੈਡ ਸਲਾਈਸ। ਡਿਨਰ ਵਿੱਚ 20 ਗ੍ਰਾਮ ਉੱਬਲੀ ਹੋਈ ਸਬਜ਼ੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਟੋਸਟ।" ਇੰਨੇ ਵਿੱਚ ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ ਸਮਾਂ ਖਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਗੋਰਕੀ ਵਾਪਿਸ ਆ ਗਿਆ।

ਇਸ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਿਰੋਗ ਸਰੀਰ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਨਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀ ਕਿ ਮਹਿੰਗੇ ਭੋਜਨ ਹੀ ਖਾਧੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪੈਸੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਨਿਰੋਗ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਹਲਕਾ-ਫੁਲਕਾ ਭੋਜਨ ਕਰੋੜਾਂ ਅਮੀਰਜ਼ਾਦਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਜਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕਰਮਯੋਗੀ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਕੇ ਸਾਡੇ ਲਈ ਹੋਰ ਸੁਖਾਲੀ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਦੇ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਸਮਝ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਲਿਖਦਾ ਹੈ ਕਿ: "ਮੁਹਾਲੀ (ਚੰਡੀਗੜ) ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਮੇਰੇ ਇੱਕ ਦੋਸਤ ਕੋਲ ਤਿੰਨ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਮਕਾਨ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਮਕਾਨ ਵਿੱਚ ਮਾਰਬਲ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਵਧੀਆ ਟੀਕ ਵੁੱਡ ਦਾ ਫਰਨੀਚਰ ਹੈ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਦੇ ਲੋੜ ਨਾਲੋਂ ਵਧੀਆ ਸਾਧਨ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਜਵਾਨੀ ਵਿੱਚ 6-7 ਕੱਚੇ ਅੰਡੇ ਦੁੱਧ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਪੀਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂ? ਦੋ ਕੁ ਮਹੀਨੇ ਹੋਏ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਪੀ. ਪੀ. ਆਈ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੇ ਚਾਰ ਪੰਜ ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੈਸਟ ਕਰਨ ਲਈ ਆਖਿਆ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਤਾਕੀਦ ਕੀਤੀ ਕਿ:

- ਉਹ ਸਿਰਫ ਉੱਬਲੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਹੀ ਖਾਵੇ।
- ਉਹ ਭੁੰਜੇ ਚਿਟਾਈ ਵਿਛਾਈ ਕੇ ਸੌਂਵੇ।
- ਸਕੂਟਰ ਅਤੇ ਕਾਰ ਬਿਲਕੁਲ ਨਾ ਚਲਾਵੇ।
  ਸਿਗਰਟ, ਵਿਸਕੀ, ਬੀਅਰ, ਚਿਕਨ ਅਤੇ ਅੰਡਿਆਂ ਦੇ ਸੁਆਦ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯਾਦ-ਸ਼ਕਤੀ ਵਿਚੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਕੱਢ ਦੇਵੇ।
- ਦਵਾਈ ਨਿਯਮ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰ ਤਿੰਨ ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਖਾਵੇ।

ਹੁਣ ਜੁਲਾਈ ਅਗਸਤ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਵਾਲੇ ਸਾਥੀ, ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਵਾਲੀ ਗਰਾਊਡ ਵਿੱਚ ਵਾਲੀਬਾਲ ਖੇਡਦੇ ਹੋਏ ਜਦੋਂ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸੁੱਖ ਅਤੇ ਅਸਲ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਚਟਾਈ ਤੇ ਪਿਆ-ਪਿਆ ਆਪਣੇ ਹੀ ਭੱਠ ਅੰਗਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਸੇਕ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।"

ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਜੀਉਣ ਅਤੇ ਨਰੋਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਜੋ ਦੋ ਤਿੰਨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ, ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ 'ਚ ਮਿਲੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਧੁੱਪ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਨਾ ਮਿਲਣ ਤਾਂ ਸਾਡੀ-ਸਾਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦੁੱਭਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਧਨ, ਦੌਲਤਾਂ ਅਨੁਪਾਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ; ਕਿਸੇ ਕੋਲ ਥੋੜਾ ਘੱਟ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਕੋਲ ਥੋੜਾ ਜ਼ਿਆਦਾ। ਸਾਡੀ ਸੋਚ ਦਾ ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿਉਕਿ ਸੋਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੋਲ ਅਤੇ ਫਿਰ ਐਕਸ਼ਨ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲੜਾਈਆਂ, ਝਗੜਿਆਂ ਅਤੇ ਮੁੱਕਦਮੇ ਬਾਜ਼ੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਟੀ. ਆਰ ਸ਼ਰਮਾ ਪਟਿਆਲਾ ਜੀ ਲਿਖਦੇ ਹਨ ਕਿ:

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਲੜਾਈ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਝਗੜਾ ਜਾਂ ਮੁੱਕਦਮੇਬਾਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਖਾਣ ਨੂੰ ਦੋ ਵੇਲੇ ਦੀ ਰੋਟੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੰਸਾਰ ਦੇ 50 ਕਰੋੜ ਇਨਸਾਨਾਂ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੋ। ਜੋ 24 ਘੰਟੇ ਮੁੱਕਦਮੇਬਾਜ਼ੀ ਦੇ ਫਿਕਰ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਦਾਲ-ਸਬਜ਼ੀ ਹੈ, ਗੁੰਨਿਆ ਹੋਇਆ ਆਟਾ ਪਿਆ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਉੱਪਰ ਕੱਪੜੇ ਹਨ। ਸਿਰ ਤੇ ਛੱਤ ਹੈ। ਸੌਣ ਲਈ ਮੰਜਾ ਬਿਸਤਰਾ

ਹੈ। ਚਾਹ ਪੀਣ ਲਈ ਥੋੜ੍ਹਾ ਬਹੁਤ ਦੁੱਧ ਪਿਆ ਹੈ; ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੰਸਾਰ ਦੇ 5 ਅਰਬ ਇਨਸਾਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਅਮੀਰ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਗਰੀਬ ਕਹਿ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰੀਬਾਂ ਨਾਲ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ ਚਾਰ ਪੈਸੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹਨ, ਜੇਬ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੁੱਝ ਨਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਅਲਮਾਰੀ ਵਿੱਚ 2-3 ਜੋੜੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਵੀ ਹਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਕਿਸੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਗਿਣਤੀ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਉਤਲੇ 8 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਵੇਂ ਮਾਪੇ ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਆਹ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨੌਕਰੀ ਵੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਮਕਾਨ ਵੀ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਦੁਰਲੱਭ ਸੱਜਣ ਹੋ, ਵਿਰਲਾ ਬੰਦਾ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰ ਉੱਚਾ ਕਰਕੇ ਤੁਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਹੱਸ ਵੀ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਲੋੜਵੰਦ ਦੀ ਮਾੜੀ-ਮੋਟੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਖੁਸ਼ ਕਿਸਮਤ ਹੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਲੱਖਾਂ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਕਰੋੜਾਂ ਲੋਕ ਅਜਿਹੇ ਹਨ, ਜੋ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਨਹੀਂ।

ਆਮ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਦਤ ਹੈ, ਉਹ ਰੋਂਦੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਭ ਕੁੱਝ ਹੁੰਦੇ-ਸੁੰਦੇ ਵੀ ਉਹ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨੂੰ, ਅਮੀਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਤੇ ਮੰਗਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਕਹਿੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸਮਤ ਨੂੰ ਕੋਸਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਗਿੱਲੇ ਗੋਹਟੇ ਵਾਂਗ ਸੁਲਗਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਲੀਰਾਂ ਪਾ ਕੇ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ, ਬੀਵੀ ਨੂੰ ਝਿੜਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅੰਤ ਨੂੰ ਲੱਖਾਂ ਰੁਪਿਆ ਛੱਡ ਕੇ ਤੁਰਦੇ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਸਬਰ, ਸੰਤੋਖ ਕਰ ਲੈਣਾ, ਥੋੜੇ ਵਿੱਚ ਸਾਰ ਲੈਣਾ, ਅਜਿਹਾ ਸਬਕ ਹੈ ਜੋ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖੂਬਸੂਰਤ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਇਹ ਇੱਕ ਸੁਨਿਹਰੀ ਅਤੇ ਕਾਰਗਰ ਸਿਧਾਂਤ ਹੈ। ਇਹਦਾ ਅਰਥ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵੱਧਣ ਜਾਂ ਉੱਨਤੀ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾਂ ਚਾਹੀਦਾ। ਕਰਮ ਕਰਨਾ, ਯਤਨ ਕਰਨਾ, ਅੱਗੇ ਵੱਧਣਾ, ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸੌਖੀ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦੇਹ ਬਣਾਉਦਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਆਸਮਾਨ ਵੱਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲਗਾਈ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਜ਼ਮੀਨ ਵੱਲ ਵੀ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਗਰੀਬੀ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਏਨਾਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲਾਲਚ ਜਾਂ ਬੇਸਬਰੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਆਪਣੇ ਨਿਰੰਤਰ ਉੱਦਮ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਫਲਸਰੂਪ, ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਨਿਹਮਤਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕਾਫੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰਕੇ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਰੋਟੀ ਖੁਆ ਕੇ, ਕਿਸੇ ਨੰਗੇ ਦਾ ਸਰੀਰ ਢੱਕਕੇ, ਕਿਸੇ ਅਨਪੜ੍ਹ ਨੂੰ ਅੱਖਰ ਗਿਆਨ ਦੇ ਕੇ, ਕਿਸੇ ਦੇ ਤਕਲੀਫ

ਨਿਵਾਰਨ ਕਰਕੇ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਕੇ, ਕਿਸੇ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਕੇ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਹੌਂਸਲਾ ਦੇ ਕੇ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਰਾਹ ਦੱਸਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਯਕੀਨ ਜਾਣੋ, ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਖੁਸ਼ਕਿਸਮਤ ਹੋ, ਬਲਕਿ ਫਰਿਸ਼ਤੇ ਹੋ।"

ਟੋਕਾ-ਟਾਕੀ ਅਤੇ ਨੋਕ-ਝੋਕ ਸਾਡਾ ਖੂਨ ਦਾ ਦਬਾਅ ਵਧਾਉਣ 'ਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਤਾਰੀਫ਼ੀ ਮਿੱਠੇ ਬੋਲ, ਸਾਡਾ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਦਾ ਵੀ ਮਨ ਖੁਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨੋਬਲ ਉਤਾਂਹ ਚੁੱਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਕੋਈ ਰੌਕਟ-ਸਾਇੰਸ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀਆਂ। ਸਾਧਾਰਨ ਤੋਂ ਸਾਧਾਰਨ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਸਾਧਾਰਨ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਗੱਲ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਇਹਨੂੰ ਢਾਲਣ ਅਤੇ ਪੱਕੀ ਆਦਤ ਬਨਾਉਣ ਦੀ ਹੈ ਜੋ ਆਖਰੀ ਸੁਆਸਾਂ ਤਕ ਨਾਲ ਰਹੇ। ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਇਸ ਖੂਬਸੂਰਤ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਗੱਫੇ ਵੰਡਦੇ ਟੁਰ ਜਾਵਾਂਗੇ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਗਏ ਲੋਕ ਵੀ ਸਾਡੇ ਬਾਰੇ ਉਹ ਈ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨਗੇ ਜੋ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਵਣਜਾਰਿਆਂ ਵਾਂਗ ਹੋਕਾ ਦੇ ਕੇ ਵੰਡਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਸੋਚ-ਹਾਂ ਪੱਖੀ ਸੀ। ਇਹਨੇ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਭਰਪੂਰ ਆਨੰਦ ਮਾਣਿਆ ਹੈ। ਇਹਨੇ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਬਦਅਸੀਸਾਂ ਨਹੀਂ ਲਈਆਂ। ਇਹਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਗੁਣ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਸਨ। ਇਹ ਧਰਵਾਸਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਇਨਸਾਨ ਸੀ। ਡਿਗਦਿਆਂ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕਣ ਵਾਲਾ ਜੀਉੜਾ ਸੀ। ਇਹਦਾ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਨਿਰੋਗ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂਣ ਦਾ ਰਾਜ਼ ਹੀ ਇਹੋ ਸੀ। ਅਗਰ ਸਾਡੇ ਵਿਚੋਂ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਇਹ ਗੁਣ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਣ ਤਾਂ ਕਿੰਨੇ ਆਸੂਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਥਾਮ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਖੇੜਿਆਂ ਨਾਲ ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਭਰ ਜਾਵੇਗਾ। ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਿਜਾਤ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਅਪਨਾਉਣ ਵਿੱਚ ਨਾ ਤਾਂ ਸ਼ਕਤੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਧਨ ਖਰਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਗੋਂ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਵੀਂ ਆਦਤ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਈਏ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਡੇ ਸਾਹਾਂ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਸਾਥ ਛੱਡੇਗੀ। ਹੁਣ ਫਿਰ ਦੇਰ ਕਿਸ ਗੱਲ ਦੀ ਹੈ। ਨੇਕੀ ਦੇ ਕੰਮ ਪੁੱਛ-ਪੁੱਛ ਕੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਕੱਲ੍ਹ ਕਰਨਾ, ਉਹ ਅੱਜ ਕਰ ਲੈ ਅਤੇ ਜੋ ਅੱਜ ਕਰਨਾ ਉਹ ਹੁਣ ਕਰ ਲੈ। ਖੁੰਝਿਆ ਵਕਤ ਕਦੇ ਹੱਥ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਇਹ ਆਪਣੀ ਚਾਲੇ ਬੱਸ ਤੁਰਿਆ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਸੋਚ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਇੱਕ ਆਧਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਬਹੁਮੁੱਲੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ, ਇਸ ਆਧਾਰ ਤੋਂ ਫਿਰ ਵਾਂਝਿਆਂ ਕਿਉਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਸੋਚ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਿਖਾਈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਵਿੱਚ ਸਦਾ ਲਈ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਰਹੇ। ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਕਰਜ਼ਾ ਲਾਹੁਣ ਦਾ ਇਸ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨੁਸਖਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸਮੇਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ

ਸਾਨੂੰ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੀ ਇਹ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਕਿ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰੋ। ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਨਾ ਕਰੋ। ਜੋ ਸਮਾਂ ਬੀਤ ਗਿਆ, ਉਹ ਮੁੜ ਕੇ ਵਾਪਿਸ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਸਮਾਂ ਬੜਾ ਬਲਵਾਨ ਹੈ। ਜੋ ਲੋਕ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਦਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਸਮਾਂ ਉਹਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਮਾਂ ਹੀ ਧਨ ਦੌਲਤ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਸ ਧਨ ਦੌਲਤ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਿਉਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਰ ਪਲ ਕੀਮਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਇਸ ਪਲ ਨੂੰ ਸਾਰਥਿਕਤਾ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦੇ ਤਾਂ ਜਿੰਦਗੀ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵਾਂਗੇ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸਲਾਹਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਵਰਤੋਂ।

ਦੇਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਂ ਹੈ ਕੀ? ਇਹਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਿਥੋਂ ਹੋਈ ਅਤੇ ਇਹਦਾ ਅੰਤ ਕੀ ਹੈ? ਸਾਇੰਸਦਾਨ ਤਾਂ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਅਣੂੰ ਤੋਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਕੇ "ਬਿਗਬੈਂਗ ਥਿਉਰੀ" ਮੁਤਾਬਿਕ 14 ਬਿਲੀਅਨ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆਈ ਸੀ। ਪਰ ਸੁਆਲ ਅਜੇ ਵੀ ਉੱਥੇ ਹੀ ਖੜ੍ਹਾ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾ ਅਣੂੰ ਕਿਥੋ ਆਇਆ? ਇਹਦੇ ਬਾਰੇ ਵੱਖਰੇ-ਵੱਖਰੇ ਸਾਇੰਸਦਾਨ ਆਪਣਾ-ਆਪਣਾ ਸਿਧਾਂਤ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ।

ਹਾਂ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਆਪਾਂ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਂ ਸੂਤਰਬੱਧ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਵੀ ਤਾਂ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਇਹਨੂੰ ਮਾਪਣ ਵਿੱਚ ਸੌਖਿਆਈ ਹੋ ਸਕੇ। ਸਕਿੰਟ, ਮਿੰਟ, ਘੰਟੇ, ਦਿਨ, ਰਾਤ, ਹਫਤਾ, ਮਹੀਨਾ, ਸਾਲ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਹਿਸਾਬ ਦੀ ਗਿਣਤੀ-ਮਿਣਤੀ ਅਸੀਂ ਬਣਾ ਲਈ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਇਸ ਲੰਬੀ ਚੌੜੀ ਬਹਿਸ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਅਗਰ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਿਯਮ ਮੁਤਾਬਿਕ ਧਰਤੀ, ਚੰਦ, ਤਾਰੇ, ਸੂਰਜ ਆਦਿ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੀ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਗਰ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਾਲੇ ਨਿਯਮ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਘਾਟ ਵਾਧ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਧਰਤੀ ਉੱਪਰ ਜਨ-ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਨਿਯਮਾਵਾਲੀ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਹੋਰ ਡੂੰਘੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਵਲ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਿਆਫ਼ੇ ਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪਰ ਆਮ ਹੀ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਅਕਸਰ ਇਹ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ, "ਕਾਸ਼, ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਹੋਰ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ।" ਅਸੀਂ ਆਪ ਵੀ ਇਹ ਗੱਲ ਕਈ ਵਾਰ ਕਹੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਪਰ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਕੋਲ ਯਾਨਿ ਅਮੀਰ, ਗਰੀਬ, ਤਾਕਤਵਰ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਇੱਕੋ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਸਮਾਂ ਸਾਂਭ ਕੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਸਮਝਦਾਰੀ ਇਸੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤੀਏ। ਆਪਾਂ ਕੁੱਝ ਸੁਝਾਵਾਂ

ਵੱਲ ਗੌਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਨਾਲ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

1. **ਹਰ ਕੰਮ ਲਈ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰੋ** :- ਇਹਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਤਰਤੀਬ ਬਨਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਘਰ ਅਤੇ ਦਫਤਰ ਦੋਵਾਂ ਤੇ ਢੁੱਕਦੀ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਦੀ ਮੰਗ ਮੁਤਾਬਿਕ ਉਸ ਤਰਤੀਬ ਨੂੰ ਤਬਦੀਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਯਾਨਿ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਉਹ ਕੰਮ ਲਿਖੋ ਜਿਹੜੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਰੰਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਹੀ। ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਇਸ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਦੇਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਕੰਮ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਰੰਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾ ਹੋਣ। ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ਰਾਤ ਦੀ ਰੋਟੀ ਲਈ ਸਬਜ਼ੀ ਖ਼ਰੀਦਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਪਰ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਰੰਤ ਖ਼ਰੀਦਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਸਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਲੱਗੇ ਕਿ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਪਰ ਉਹ ਸ਼ਾਇਦ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨਪਸੰਦ ਨਾਟਕ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇਖਣੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸੀ ਲਿਖਿਆ ਕਿ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਕੰਮ ਤੇ ਛੱਡ ਕੇ ਆਉਣਾ ਹੈ ਪਰ ਕਾਰ ਸਟਾਰਟ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਕਾਰ ਜੁਆਬ ਦੇ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਤੁਰੰਤ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇਹ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾਵੇ, ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਟੈਕਸੀ ਕਰਕੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੂਜਾ ਤੁਰੰਤ ਕੰਮ ਇਹ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਕਿ ਵਿਗੜੀ ਹੋਈ ਕਾਰ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਠੀਕ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਸਾਡੀ ਕੰਮਾਂ ਕਾਰਾਂ ਦੀ ਬਣਾਈ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉੱਥਲ-ਪੁੱਥਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਇਹਦੇ ਲਈ ਲਚਕੀਲਾ ਵਰਤਾਵ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਗੈਸ ਲੀਕ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਈ ਹੈ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪਾਇਪ ਫਟ ਗਿਆ ਹੈ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਅਚਾਨਕ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚੋਂ ਵੀ ਦੇਖਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੁਰੰਤ ਕੰਮ ਕਿਹੜਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਦਾ ਕੋਈ ਘਾਤਕ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਤੁਰੰਤ ਕੰਮ ਇਹ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਚਾਈ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਉਹਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਫਿਰ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦਿਨ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਦੂਜੇ ਦਿਨ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰਕੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਵੰਡ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਦਿਮਾਗੀ ਬੋਝ ਵੀ ਘੱਟਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨ ਨੂੰ ਤਸੱਲੀ ਵੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਅੱਜ ਦੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਕਰ ਲਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਦਿਨ ਸਾਰਥਿਕ ਨਿਕਲਿਆ ਹੈ।

2. ਕੰਮ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਕੰਮ ਬਾਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਸੋਚਣਾ :- ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਗਰ ਲੋਹੇ ਦੀ ਧਾਰ ਤਿੱਖੀ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਖੁੰਢਾ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਜ਼ੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੱਗੇਗਾ। ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਇਹ ਸਿਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੋਚੋ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤ ਸਕੋ। ਜਿਹੜੇ ਕੰਮ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਹਨਾਂ ਤੇ ਸਾਡਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਾਕਤ ਬਰਬਾਦ ਹੋਵੇਗੀ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕਰ ਲਉ ਜਾਂ ਛੱਡ ਦਿਉ। ਅਗਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮੁਕਾ ਲਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਮਾਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਕੰਮ ਕਰ ਲੈਂਦੇ, ਜਿਹੜਾ ਕੰਮ ਤੁਸੀਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚਿਆ ਸੀ। ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਸੋਚ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਨਾ ਸਿਰਫ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕੋਗੇ, ਸਗੋਂ ਚੰਗੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵੀ ਕਰ ਸਕੋਗੇ, ਜਿਵੇਂ ਇੱਕ ਸਮਝਦਾਰ ਕਾਰੀਗਰ ਆਪਣੇ ਔਜ਼ਾਰ ਤਿੱਖੇ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਿਆਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੀਟਿੰਗ ਨੂੰ ਸਾਰਥਿਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤ ਕੇ ਸਮਾਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫੈਸਲੇ ਜਲਦੀ ਲਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

3. ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸਮੇਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ:- ਉਹ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੋ ਜਿਹੜੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਕਰਕੇ ਸਿਰਫ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬਿਨਾਂ ਵਜ੍ਹਾ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗੀ। ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਫਜ਼ੂਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਵੈਸੇ ਹੀ ਟੀ. ਵੀ. ਦੇਖ ਕੇ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਨਾ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਹ ਸੁਆਲ ਜ਼ਰੂਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਕਿ ਇਹ ਕੰਮ ਮੈਂ ਕਿਉਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਇਹਦਾ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਲਾਭ ਹੈ? ਇਹ ਸੋਚ ਸਾਡਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਬਚਾ ਦੇਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਸ ਬਚੇ ਹੋਏ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਸਾਰਥਿਕਤਾ ਨਾਲ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

4. ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ :-

ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਪੌਣ ਦਾ ਪਾਰਖੂ ਹੈ, ਉਹ ਬੀਜ ਨਹੀਂ ਬੀਜਦਾ ਅਤੇ ਜਿਹੜਾ ਬੱਦਲਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਵਾਢੀ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ? ਢਿੱਲ-ਮੱਠ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੋਈ ਕੰਮ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜਿਹੜਾ ਕਿਸਾਨ ਸਹੀ ਮੌਸਮ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸ਼ਾਇਦ ਨਾ ਕਦੇ ਬੀਜੇ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਦੇ ਫਸਲ ਵੱਢੇ। ਸਾਨੂੰ ਕੁੱਝ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅਗਲੇ ਪਲ ਕੀ ਹੋਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਦੁਚਿੱਤੀ ਵਿੱਚ ਰਹੀਏ ਤਾਂ ਸਮਾਂ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵਾਂਗੇ ਜਾਂ ਅਸੀਂ ਸੋਚੀਏ ਕਿ ਕੋਈ ਫੈਂਸਲਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਗੱਲ ਦੀ ਪੂਰੀ ਸੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ

ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਅਹਿਮ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਸਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਸੋਚ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਹਾਂ ਪੱਖੀ ਅਤੇ ਨਾਂਹ ਪੱਖੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨੂੰ ਜਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਿਆਣਾ ਇਨਸਾਨ ਦੇਖ ਭਾਲ ਕੇ ਚੱਲਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਵੀ ਹਕੀਕਤ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਦੇ ਅੰਜਾਮ ਸਾਡੀ ਉਮੀਦ ਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਨਾ ਉੱਤਰਣ।

5. **ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਉਮੀਦ ਨਾ ਰੱਖੋ**:- ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਮਝਦਾਰੀ ਦਾ ਸਬੂਤ ਜ਼ਰੂਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਰੱਖਣੀ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਉਮੀਦ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਅਸੀਂ ਗਲਤੀ ਨਹੀਂ ਕਰਾਂਗੇ। ਇਹ ਉਮੀਦ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੰਮ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਮਿਸਾਲ ਲਈ, ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਤੋਂ ਗਲਤੀਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹ ਗਲਤੀਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਿਹੜਾ ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਉਮੀਦ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਡਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੁੱਝ ਗਲਤ ਨਾ ਕਹਿ ਦੇਵੇ। ਇਸ ਰਵੱਈਏ ਕਰਕੇ ਉਹ ਸ਼ਾਇਦ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਨਾ ਸਿੱਖ ਪਾਵੇ। ਸੋ ਕਿੰਨਾਂ ਚੰਗਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਨਿਮਰ ਬਣ ਕੇ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਮੀਦਾਂ ਨਾ ਰੱਖੀਏ। ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਫਲਾਂ ਵਾਲੇ ਦਰੱਖਤ ਨੀਵੇਂ ਝੁੱਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਨਿਮਰ ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਸੋਚਦਾ। ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਜ਼ਰੂਰ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਮੇਂ ਦੀ ਭਾਰੀ ਕੀਮਤ ਚੁੱਕਾ ਕੇ ਹੀ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।

6. **ਸਹੀ ਰਵੱਈਆ ਰੱਖੋ** :- ਸਾਨੂੰ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ 25000 ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਕੀਤੀ ਖੋਜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਲੋਕ ਹਰ ਹਫਤੇ 50 ਘੰਟੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕਿ 2011 ਵਿੱਚ ਹਰ ਦਿਨ ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਚਾਰ ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਚਾਰ ਘੰਟੇ ਟੀ. ਵੀ. ਦੇਖਣ ਤੇ ਲਾਇਆ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਮੁਤਾਬਿਕ ਇੱਕ ਬਾਪ ਸਿਰਫ 8 ਮਿੰਟ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ 11 ਮਿੰਟ ਅਤੇ ਘਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਵਾਂ 30 ਕੁ ਮਿੰਟ ਹੀ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁੱਝ ਪਲਾਂ ਦਾ ਆਰਾਮ ਵੀ ਚੰਗਾ ਹੈ, ਬਜਾਏ ਇਸਦੇ ਕਿ ਹਰ ਸਮੇ ਦੋਵੇਂ ਹੱਥ ਮਿਹਨਤ ਵਿੱਚ ਰੁੱਝੇ ਰਹਿਣ, ਜੋ ਕੇਵਲ ਹਵਾ ਨੂੰ ਫੜਨ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲਤ ਲੱਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਅਕਸਾਰ ਆਪਣੀ "ਮਿਹਨਤ" ਦਾ ਫਲ ਨਹੀਂ ਭੋਗਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਕੋਲ

ਨਾ ਤਾਂ ਸਮਾਂ ਬਚਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜਾਨ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੀ ਆਲਸੀ ਇਨਸਾਨ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਨੁਪਾਤ ਰੱਖਣਾ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰੀਏ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਮਿਹਨਤ ਦਾ ਫਲ ਵੀ ਭੋਗੀਏ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਬੇਹੱਦ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨਰੋਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

7. **ਪੂਰੀ ਨੀਂਦ ਲਵੋ** :- ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਹੈ ਜੋ ਬਿਸਤਰੇ ਤੇ ਲੇਟਦਿਆਂ ਹੀ ਸੌਂ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਵਾਸਤੇ ਲਗਭਗ ਅੱਠ ਘੰਟੇ ਸੌਣਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਨੀਂਦ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਦੇ ਬੜੇ ਫਾਇਦੇ ਹਨ। ਸਾਡਾ ਦਿਮਾਗ ਚੁਸਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੋਚ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਗੱਲਾਂ ਯਾਦ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਕੁੱਝ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਮਿਲੇਗੀ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਸਾਡੀ ਨੀਂਦ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਘਟਨਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਖਿਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਚਿੜਚਿੜਾਪਣ ਸਾਡਾ ਸਾਥ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦਾ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਜਲਦੀ ਤੈਸ਼ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਰਤਾਵ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਕਈ ਕੰਮ ਰੁਕ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨਸਾਨੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਤਿੜਕ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਉਹ ਹੀ ਸਮਾਂ ਸਾਰਥਿਕ ਕੰਮਾਂ 'ਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਅਲਾਮਤਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਲੋਕ ਤਾਂ ਨੀਂਦ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਖਾ ਕੇ ਨੀਂਦ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਹੀ ਗੋਲੀਆਂ ਫਿਰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

8. **ਉਹ ਟੀਚੇ ਰੱਖੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹਾਸ਼ਿਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ** :- ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਲਾਲਸਾ ਅਤੇ ਤਮੰਨਾ ਨੂੰ ਜ਼ਾਬਤੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੋਰ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਨ। ਸਮਝਦਾਰ ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਭਾਰੂ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦਿੰਦਾ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਟੀ. ਵੀ. ਰੇਡੀਓ ਜਾਂ ਅਖਬਾਰਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਮਸ਼ਹੂਰੀਆਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਕੇ ਫਟਾਫਟ ਕਿਸ਼ਤਾਂ ਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖ੍ਰੀਦਣ ਦੇ ਝਾਂਸੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਉਹ ਉਸੇ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਕੋਲ ਹੈ। ਲੇਖਕ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਚਾਰਲਜ਼ ਸਪਿੰਤਜ਼ਾਨੇ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਖ੍ਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਚੋ ਕਿ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਕੀਮਤ ਹੈ, ਉਨ੍ਹੇ ਪੈਸੇ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ ਅਤੇ "ਫਿਰ ਦੇਖੋ ਕਿ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਲੈਣ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।"

9. **ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਅਸੂਲਾਂ ਤੇ ਚੱਲਦੇ ਹੋ** :- ਤੁਹਾਡੇ ਅਸੂਲ ਤੁਹਾਡੀ

ਇਹ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀ ਤੁਲਨਾਂ ਇੱਕ ਤੀਰ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਸੂਲਾਂ ਕਰਕੇ ਉਹ ਤੀਰ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਤੇ ਲੱਗੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ ਚੰਗੇ ਅਸੂਲ ਸਾਡੀ ਇਹ ਜਾਨਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਣਾ ਹੈ। ਚੰਗੇ ਅਸੂਲਾਂ ਦਾ ਪਾਠ ਸਾਨੂੰ ਘਰੋ, ਸਕੂਲੋਂ ਅਤੇ ਬਾਹਰੋਂ ਵੀ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਹੰਕਾਰ, ਦਯਾ ਭਾਵਨਾਂ, ਇਨਸਾਫ਼ ਦੀ ਮੁਹਾਰਨੀ ਸਾਨੂੰ ਧਰਮ ਵੀ ਸਿਖਾਲਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਅਸੂਲਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਢਾਲਣਾਂ ਅਤੇ ਫਿਰ ਤਰਕ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਕਸਵੱਟੀ ਤੇ ਚੱਲਣਾ ਸਾਡਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਬਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

10. **ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅਸੂਲ ਬਣਾਓ** :- ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪਿਆਰ ਹੀ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਏਕਤਾ ਦੇ ਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੰਨ੍ਹਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਪਿਆਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਅਸੀਂ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਖੁਸ਼ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ। ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਇਸ ਹਕੀਕਤ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਕੇ ਪੈਸੇ ਕਮਾਉਣ ਜਾਂ ਕੈਰੀਅਰ, ਨੌਕਰੀ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਹਿਮੀਅਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ। ਸਾਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਸਾਡੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨਃ ਪਰਿਵਾਰ, ਕੰਮ, ਪੜ੍ਹਾਈ, ਦੋਸਤ, ਸਮਾਜ-ਸੇਵਾ, ਧਰਮ, ਮਨੋਰੰਜਨ ਜਾਂ ਸਿਹਤ। ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਮੁਤਾਬਿਕ ਦਰਜਾ ਬੰਦੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੈਸੀ ਸੰਗਤ ਤੈਸੀ ਰੰਗਤ

'ਜੈਸੀ ਸੰਗਤ, ਤੈਸੀ ਰੰਗਤ' ਵਾਲੀ ਕਹਾਵਤ ਅਸੀਂ ਆਮ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿ "ਖਰਬੂਜ਼ਾ, ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਰੰਗ ਫੜਦਾ ਹੈ।" ਸਾਡੀ ਸਖ਼ਸੀਅਤ ਤੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਬੜਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬੜਾ ਕੁੱਝ ਸਿੱਖਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਵੀ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਦਬਾਅ ਹੇਠ ਆ ਕੇ, ਨਾਂਹ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਵੀ, ਗਲਤ ਫੈਂਸਲੇ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਚੜ੍ਹਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਇਸ ਗੱਲ ਦੇ ਮੌਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਰਾਸਾਇਣਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਪਰਪੱਕਤਾ ਅਜੇ ਆਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਗਲਤ ਕਦਮ ਲਿਆ, ਕਿਤੇ ਨਾ ਕਿਤੇ ਲਿਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਦੀ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਰੂਰਤ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਦਬਾਅ ਚੰਗੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੁਰੀਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵਿਗਾੜ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਅਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਗਲਤ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨੀ ਵਿੱਚ ਖਾਸ ਕਰਕੇ, ਸਾਡਾ ਕਈ ਵਾਰ ਦਿਲ ਕਰਦਾ ਕਿ ਮੈਂ ਉਹੀ ਕਰਾਂ ਜੋ ਹੋਰ ਮੁੰਡੇ-ਕੁੜੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੋਂ ਇੰਦਾ ਲੱਗਦਾ ਕਿ ਜਿੱਦਾਂ ਉਹ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਜ਼ਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਮੈਂ ਇਸ ਆਨੰਦ ਤੋਂ ਵਾਝਿਆ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੋਵਾਂ। ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਇਹ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ : ਕਿ ਜਦ ਮੈਂ ਹਾਣੀਆਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਦਬਾਅ ਸਾਹਮਣੇ ਝੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਾਬੂ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ। ਕੀ ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਦੂਜੇ ਮੈਨੂੰ ਕਾਬੂ ਯਾਨਿ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ, ਹਸਤੀ, ਸ਼ਨਾਖਤ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇ?

ਇਕ 16 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਬੱਚੀ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਮੈਂ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸੀ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚੇ ਮੈਨੂੰ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਸਨ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਬੜਾ ਦੁੱਖ ਸੀ। ਪਰ ਮੈਂ ਬੜਾ ਸੋਚਦੀ ਰਹੀ ਕਿ ਕੀ ਕਰਾਂ? ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਚਾਲ ਢਾਲ ਬਦਲ ਲਈ। ਮੈਂ ਦੋਸਤ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਇੰਨ੍ਹੀ ਬੇਕਰਾਰ ਸੀ ਕਿ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਵਰਗੀ ਬਣਦੀ ਗਈ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਪਸੰਦ ਕਰਨ। ਇਹ ਸਭ ਕੁੱਝ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕਾਫੀ ਔਖਾ ਸੀ। ਮੇਰੀ ਜ਼ਮੀਰ ਮੈਨੂੰ ਫਿਟ ਲਾਹਣਤਾਂ ਪਾ ਰਹੀ ਸੀ। ਇਹ ਉਹ ਸਮਾਂ ਸੀ ਜਦ ਮੇਰੇ ਲਈ ਹੋਰ ਮੁੰਡੇ ਕੁੜੀਆਂ ਦਾ ਦਬਾਅ ਸਹਿਣਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸੀ ਪਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਮੀਰ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਨਣੀਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਪੱਕਿਆਂ ਕਰਨ ਲੱਗੀ। ਹੁਣ ਹਾਲਾਤ ਇਹ ਹਨ ਕਿ ਮੈਂ ਪਰਵਾਹ ਕਰਨੀ ਛੱਡ

ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਕੀ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਤੇ ਅਟੱਲ ਰਹਿਣ ਲੱਗ ਪਈ। ਹੁਣ ਮੇਰੀ ਜ਼ਮੀਰ ਸਾਫ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿੱਠੀ ਨੀਂਦ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਦਬਾਅ, ਸਟਰੈਸ ਦੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹਾਂ।"

ਜਦ ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਕੋਈ ਗਲਤ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਦਬਾਅ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਦੇਖੋ: ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ, "ਜੇ ਮੈਂ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਦਬਾਅ ਹੇਠ ਆ ਕੇ ਗਲਤ ਕੰਮ ਕਰਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਫੜਿਆ ਜਾਵਾਂ ਤਾਂ ਮੇਰਾ ਕੀ ਹਾਲ ਹੋਵੇਗਾ? ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ, ਬੱਚੇ, ਹਾਣੀ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰ, ਮੇਰੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਣਗੇ? ਅਤੇ ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿੱਚ ਡਿੱਗ ਨਹੀਂ ਜਾਵਾਂਗਾ? ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਇਹ ਵੀ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ: ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਮੇਰਾ ਜਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਕੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ? ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹੋ ਸਕਦਾ? ਕੀ ਇਹ ਥੋੜੇ ਚਿਰ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਕਿਤੇ ਮੇਰੀ ਸਮਾਜ 'ਚ ਬਣੀ ਦਿੱਖ ਤਾਂ ਨਾ ਖਰਾਬ ਕਰ ਦੇਵੇਗੀ?

ਇੱਕ ਦੋਸਤ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਮੈਂ ਛੋਟਾ ਹੁੰਦਾ ਸਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਬੱਸ ਨਾਂਹ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਸੀ ਜਾਂ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਜੁਆਬ ਦੇ ਕੇ ਗੱਲ਼ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਸੀ। ਪਰ ਹੁਣ ਮੈਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਇਹ ਕੰਮ ਕਿਉਂ ਕਰਦਾ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਦਾ ਰਟਿਆ-ਰਟਾਇਆ ਜੁਆਬ ਦੇਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ ਜੁਆਬ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ। ਮੈ ਸਹੀ ਅਤੇ ਗਲਤ ਸੰਬੰਧੀ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ਾਂ ਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹਿੰਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਇਹ ਵੀ ਪੁੱਛਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਇਨਸਾਨ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ? ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਦਬਾਅ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪੁੱਛਦਾਂ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਇਨਸਾਨ ਐਸੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰੇਗਾ? ਮੈਂ ਇਹ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਜਿੱਦਾਂ ਦਾ ਹਾਂ, ਖੁਸ਼ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਬਹੁਤੀ ਪਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਦੂਜੇ ਮੇਰੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹਨ। ਨਾਲੇ ਮੈਂ ਜਿਹੋ ਜਿਹੀ ਹਾਂ, ਲੋਕ ਮੈਨੂੰ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਨਾਲ ਦੀ ਨਾਲ ਮੈਂ ਇਹ ਵੀ ਸੋਚਦਾ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅੱਜ ਤਕ ਕੋਈ ਵੀ ਐਸਾ ਇਨਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਜਿਹਨੂੰ ਹਰ ਕੋਈ ਹੀ ਪਸੰਦ ਕਰੇ।

ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ਼, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਜਿਹੜੇ ਮੁੰਡੇ-ਕੁੜੀਆਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਅਸੀਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਉਹ ਸ਼ਾਇਦ ਕੁੱਝ ਸਾਲਾ ਜਾਂ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਕੁੱਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਨਾ ਹੋਣ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਫੋਟੋ ਦੇਖੀ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਲਾਸ ਦੇ ਕਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਵੀ ਯਾਦ ਨਹੀਂ ਆਏ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ

ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸੀ, ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ਾ ਨਾਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੰਗੀਆਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਸਨ। ਮੈਂ ਹੁਣ ਸੋਚਦਾ ਕਿ ਇਹ ਪੈਂਤੜਾਂ ਗਲਤ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਇਨਸਾਨ ਜੋ ਬੀਜਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਕੱਟਦਾ ਹੈ। ਸਮਝਦਾਰ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਸੋਚਣ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਕੇ ਸਹੀ ਅਤੇ ਗਲਤ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਦੇਖਣ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਜੋ ਸੋਚਦੇ ਹੋ, ਉਸ ਦਾ ਅਸਰ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਦਬਾਅ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਨਾ ਕਰੋਗੇ ਕਿ ਦੂਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਗਰ ਨਹੀਂ ਲੱਗੋਗੇ। ਜੇ ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਿਕੰਮਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਰਗੇ ਬਣ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਉੱਤੇ ਭਰੋਸਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਦਬਾਅ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਲਵੋਗੇ। ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਹਾਲਾਤਾਂ ਬਾਰੇ ਤਿਆਰੀ ਵੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੁਆਬ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਕੁੱਝ ਹਾਲਾਤਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਕੇ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਅਗਰ ਸੱਚ ਮੁੱਚ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਹੋ ਗਏ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕਿਵੇਂ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਕਈ ਗੱਲਾਂ ਸਾਨੂੰ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ? ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸਮੁੰਦਰੀ ਜ਼ਹਾਜ਼ ਟਾਈਟੈਨਿਕ ਸੀ। ਟਾਈਟੈਨਿਕ ਦੇ ਵਧੀਆ ਡਿਜ਼ਾਇਨ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾਂ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਜ਼ਹਾਜ਼ "ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਡੁੱਬ ਸਕਦਾ।" ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ। 1912 ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਸਫਰ 'ਤੇ ਇਹ ਜ਼ਹਾਜ਼ ਬਰਫ ਨਾਲ ਟਕਰਾ ਕੇ ਡੁੱਬ ਗਿਆ ਜਿਸ ਕਰਕੇ 1500 ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਚਲੇ ਗਈਆਂ। ਜਿਸ ਜ਼ਹਾਜ਼ ਬਾਰੇ ਸਾਰੇ ਕਹਿੰਦੇ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਡੁੱਬਣਾ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੈ, ਇਹ ਕੁੱਝ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਹਾਂਸਾਗਰ ਦੇ ਪਾਣੀਆਂ ਹੇਠ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਗਾਇਬ ਹੋ ਗਿਆ।

ਅਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਸੋਚੀਏ ਕਿ ਕਈ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨੀ ਸਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੋਵੇ। ਅੱਜ ਦੇ ਕੀਤੇ ਕਈ ਤਕਨਾਲੋਜੀਕਲ ਕੰਮ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਤੇ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਜਾਪਦੇ ਸਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਵੇਲੇ ਉਹ ਕੰਮ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਕਾਬਲੀਅਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸਨ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਆਮ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕੱਲ੍ਹ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਸਨ ਉਹ ਅੱਜ ਆਮ ਬਣ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ। ਤਕਰੀਬਨ 50 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਲੋਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਸਮਝਦੇ ਸਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦਾ ਚੰਦ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣਾਂ, ਮੰਗਲ ਗ੍ਰਹਿ ਤਕ ਰੋਬੋਟ

ਪਹੁੰਚਾ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ, ਡੀ. ਐਨ. ਏ. ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਵਾਪਰੀ ਕੋਈ ਘਟਨਾ ਦੇਖਣੀ। ਹੁਣ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਆਮ ਹਨ

ਅੱਜ ਦੀਆਂ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਤਰੱਕੀਆਂ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਜੋਨ ਬਰੋਬੈਕ ਨੇ ਕਿਹਾ: "ਸਾਇੰਸਦਾਨ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਕਹਿਣਾ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਹ ਇਹੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ। ਪਰ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਪੂਰਾ ਗਿਆਨ ਨਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਸ਼ਾਇਦ ਇੱਕ ਇਨਸਾਨ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੈ।" ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅੱਗੇ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਸਾਨੂੰ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਜਾਪਦੀ ਹੈ, 'ਤਾਂ ਇਹ ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਸ ਅਣਜਾਣ ਤਾਕਤਵਰ ਸੋਮੇ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ।'

ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਗੇ ਗੋਡੇ ਟੇਕ ਕੇ ਜਿਉਣ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹਿ ਮਰਨਾ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਪਾਣੀ ਦੇ ਵਹਾਅ ਨਾਲ ਤਾਂ ਲਾਸ਼ ਵੀ ਰੁੜ੍ਹ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਵਹਾਅ ਦੇ ਉਲਟ ਤੈਰਨ ਵਾਲਾ ਬਹਾਦਰ ਤੈਰਾਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੁਰੇ ਵਕਤ ਵਿੱਚ ਸਾਥ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਆਪਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਸਾਥ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਹੀਂ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਹਾਂ ਤੇ ਫਿਰ ਇੱਕ ਮਾਂ ਬਾਪ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ? ਇੱਕ ਮਾਂ ਬਾਪ ਵਜੋਂ ਅਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ? ਬਿਨਾਂ ਸ਼ੱਕ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰੋਜ਼ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਗਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾ ਕਰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇੰਨੀ ਮਿਹਨਤ ਨਾ ਕਰਦੇ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰਦੇ ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ ਕਹਿਣ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਰਵਾਹ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹੀ ਸ਼ੌਕ ਪੂਰੇ ਕਰਨੇ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਹੁਣ ਸੁਆਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਖਾਸ ਕਰਕੇ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕਦੋਂ ਤੋਂ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰਨਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? ਕਿਉਂਕਿ ਇੱਕ ਮਾਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਉਦੋਂ ਹੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਜੋੜਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਜੇ ਕੁੱਖ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗਰਭ-ਧਾਰਣ ਤੋਂ 16 ਕੁ ਹਫਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਅਣਜੰਮਿਆ ਬੱਚਾ ਸੁਨਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਿਤਾ ਵੀ ਆਪਣੇ ਅਣਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਖਾਸ ਰਿਸ਼ਤਾ ਜੋੜ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਸੁਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਠੁੱਡਾ ਮਾਰਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਾਲੇ ਪਿਤਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗਾ ਕੇ ਸੁਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਦੀ ਮੁੱਖ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀ ਆਦਮੀਆਂ ਦੀ

ਸੀ। ਪਿਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਬਾ-ਕਾਇਦਾ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰਨ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣਕੇ ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਭੜਕੋ ਨਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਗੱਲ ਸੁਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਝਿੜਕਾ ਮਾਰਨ ਲੱਗ ਪਵੋਗੇ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਤੀ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣੋਗੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਾਹਿਰ ਕਰੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਉਹ ਵੀ ਦਿਲ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਗੇ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਤਾੜਨਾਂ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤਾੜਨਾਂ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇਣੀ, ਸੁਧਾਰਨਾਂ, ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣੀ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਡਾਂਟਣਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਸਹੀ ਅਗਵਾਈ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਰੋਕ ਕੇ, ਉਮਰ ਭਰ ਲਈ ਫਾਇਦਾ ਦੇਵੇਗੀ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਤਾੜਨਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਉਦੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪਿਤਾ ਬਾਕਾਇਦਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸ਼ਾਬਾਸ਼ੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਪੁਰਾਣੀ ਕਹਾਵਤ ਹੈ : "ਟਿਕਾਣੇ ਸਿਰ ਆਖੇ ਬਚਨ, ਚਾਂਦੀ ਦੀ ਝੰਜਰੀ ਵਿੱਚ ਸੋਨੇ ਦੇ ਸੇਬਾਂ ਵਰਗੇ ਹਨ।" ਸ਼ਾਬਾਸ਼ੀ ਦੇਣ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਚੰਗੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਨਾਲੇ ਜਦੋਂ ਮਾਪੇ ਬੱਚੇ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਅਤੇ ਭਰੋਸਾ ਵੱਧਦਾ ਹੈ। ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਦਰ ਵੀ ਵੱਧਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਲੱਭਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਬੱਚੇ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਨੂੰ ਖੰਭ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਸਹੀ ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਨਾ ਛੱਡੇ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਿਝਾਓ ਨਾ ਮਤੇ ਉਹ ਦਿਲ ਹਾਰ ਬੈਠਣ ਅਤੇ ਜਿਸ ਆਸਰੇ ਦੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਆਸ ਲਈ ਬੈਠੇ ਹਨ, ਉਹ ਆਸਰਾ ਕਿਤੇ ਗਲਤ ਸੰਗਤੀ 'ਚ ਪੈ ਕੇ ਨਾ ਲੱਭਣ ਲੱਗ ਪੈਣ।

ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਪਿਤਾ ਜਿਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਸਦਾ ਅਸਰ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਸਬੰਧੀ ਮਾਹਿਰਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ: "ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਗੱਲ ਜੋ ਇੱਕ ਪਿਤਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਾਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ।... ਜਿਹੜੇ ਮਾਂ ਬਾਪ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦਾ ਆਦਰ ਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਿਆਣੇ ਲੋਕ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਪਣੀਆਂ ਪਤਨੀਆਂ ਨਾਲ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰ ਕਰੋ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾਂ ਹੈ: ਭਾਵੇਂ ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਦਾ ਤਲਾਕ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੋਵੇ, ਫਿਰ

ਵੀ ਪਤੀ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਂ ਦਾ ਇੱਜ਼ਤ-ਮਾਣ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨਾਲ ਤਾਂ ਵਧੀਆਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੋਵੇਗਾ ਹੀ, ਉਹ ਬਾਪ ਦੀ ਵੀ ਕਦਰ ਕਰਨਗੇ। ਨਾਲੇ ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਤਾਂ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਮਾਂ ਦਾ ਸਾਥ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਬਾਪ ਦਾ ਨਹੀਂ।

ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਨਾਗਰਿਕ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸੰਤੁਲਤ ਸਮਾਜ ਬਨਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਗੀਆਂ।

✪✪✪